

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

2

Sonrie y
respira

9

Ayuda a
Mamá

16

Alegrate

23

Duerme
Bien

30

Mariposa Azul

3

kef yog

Noa la Leoncita

10

Mira
afuera

17

Superheroes

24

Ayuda en
Casa

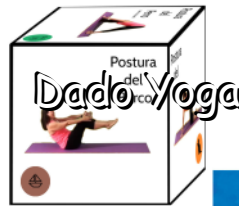
31

Da las
gracias

4

Descansa

Dado
con posturas de Yoga



18

No tomes
atajos

25

Las Ovejas y el
Lobo



5

Juega

12

Escucha
al amigo

19

Respira

26

Cuenta
de tu día

6

Canción de la
Estrella

13

Ten
calma

20

Juguemos a
Respirar

27

Juega

7

1

8

14

15

21

22

28

29

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Agosto 2021

kef yoga



Noa la Leoncita

<https://youtu.be/Eb02rwvvb38>



Canción de la Estrella

<https://youtu.be/rnTB1dZ7usQ>



Supreheroes

<https://youtu.be/QaRhGphNcdo>



Dado con posturas de Yoga



Dado Yoga

<https://dadoyoga.kefyoga.com>



Las Ovejas y el lobo

<https://youtu.be/ttuii1VyYxA>



Mariposa Azul

<https://youtu.be/A2EEO1IOEH8>



Juguemos a respirar

<https://youtu.be/WQDYPUI9F4>



Agosto 2021

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores