

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

1
Sonrie y
respira

2
Mira
afuera



4
Descansa



6

7

8
Escucha
al amigo



10
Ayuda a
Mamá

11
Ten
calma

12
Juega

13

14



16
Juega

17
No tomes
atajos

18
Alegrate



20

21

22
Respira

23
Duerme
bien

24
Cuenta
de tu día



26
Ayuda en
Casa

27

28

29
Alegrate



2021

Recursos de Yoga y Mindfulness
kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Noviembre



Noa la leoncita

<https://youtu.be/Eb02rwvvb38>



Misterio en Egipto

https://youtu.be/bBOaO3pbr_M



Supreheroes

<https://youtu.be/QaRhGphNcdo>



Mariposa Azul

<https://youtu.be/A2EE01IOEH8>



Aventuras en el Agua

<https://youtu.be/DOE5Iv0vBxc>



La Pausa Activa

<https://kefyoga.com/pausa-activa/>



Juguemos a respirar

<https://youtu.be/WQDYPUI9F4>



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Noviembre 2021