

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

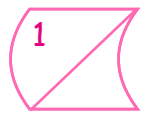
Sábado

Domingo

2
Sonrie y
respira



5
Juega

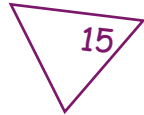


9
Ayuda a
Mamá

10
Mira
afuera

12
Escucha
al amigo

13
Ten
calma

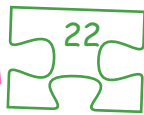


16
Alegrate



18
No tomes
atajos

19
Respira



23
Duerme
Bien

24
Ayuda en
casa

26
Cuenta
de tu día

27
Juega



31
Da las
gracias



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Enero 2023
¡Feliz Año Nuevo!





Nos movemos

<https://www.kefyoga.com/movernos>



Canción La Estrella

<https://youtu.be/rnTB1dZ7usQ>



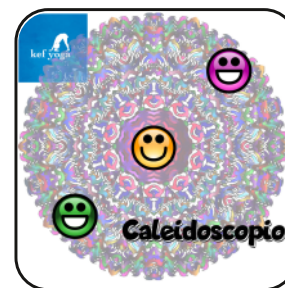
Supreheroes

<https://youtu.be/QaRhGphNcdo>



Dado Yoga

<https://dadoyoga.kefyoga.com>



Caleidoscopio

<https://www.kefyoga.com/caleidoscopio>



Mariposa Azul

<https://youtu.be/A2EEO1IOEH8>



Juguemos a respirar

<https://youtu.be/WQDYPUYI9F4>



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Enero 2023