



# Colorear Mandalas

El día de hoy vamos a dejar descansar nuestra mente coloreando una bonita mandala. No lo pienses mucho, déjate llevar y colorea con tranquilidad.



[Youtube.com/Kefyoga](https://www.youtube.com/Kefyoga)



## Recursos de Yoga y Mindfulness

[kefyoga.com](http://kefyoga.com) - formación y recursos para profesores

