

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

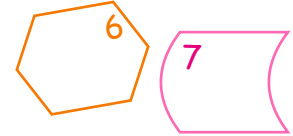
# ¡Feliz Año Nuevo!

1  
Sonrie y respira

2  
Mira afuera



4  
Descansa



8  
Escucha al amigo



10  
Ayuda a Mamá

11  
Ten calma

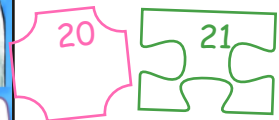
12  
Juega



16  
Juega

17  
No tomes atajos

18  
Alegrate



22  
Respira

23  
Duerme bien

24  
Cuenta de tu día



26  
Ayuda en Casa



29  
Alegrate



31  
Sonrie y comparte

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

# Enero

# 2024



**El pollo Pepe**

<https://youtu.be/sRA3po8uicY>



**Misterio en Egipto**

[https://youtu.be/bBOaO3pbr\\_M](https://youtu.be/bBOaO3pbr_M)



**Carta al futuro**

<https://kefyoga.com/cartalfuturo>



**Mariposa Azul**

<https://youtu.be/A2EE01IOEH8>



**Aventuras en el Agua**

<https://youtu.be/DOE5Iv0vBxc>



**Juguemos a respirar**

<https://youtu.be/WQDYPUYI9F4>



**Molinillo**

<https://molinillo.kefyoga.com>



## Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

# Enero 2024