



Colorear Afirmaciones Positivas



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



YO

PUEDO

Hoy vamos a colorear una frase positiva, la vamos a decorar y la vamos a repetir mucho.

Es importante decirnos cosas bonitas a nosotros mismos.

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

