



Colorear Afirmaciones Positivas

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.



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



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

