

Lunes

Agosto

Martes

Miércoles

2024

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

5
Escucha a tu amigo



19
Respira



13
Juega

20
Mira afuera

27
Juega

7
Descansa

14
Alegrate

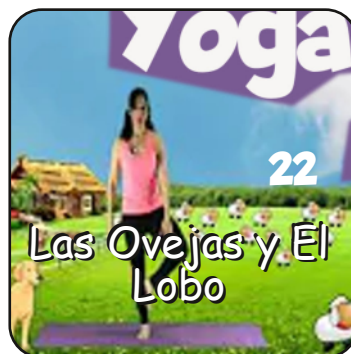
21
Cuenta de tu día



1
Sonríe y respira



15
Duerme bien



29
No tomes atajos



2
Ayuda a Mamá

9
Juega



23
Ayuda en Casa

30
Ten calma



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores



Perro Guardián y Buho Sabio



Perro guardián y Búho sabio <https://kefyoga.com/perroybuho>



Las Ovejas y El Lobo



Las Ovejas y El Lobo <https://youtu.be/ttuii1VyYxA>



Saludo al sol



Saludo al sol <https://youtu.be/hejVWjxMTWk>



Caballitos de Mar



Caballitos de Mar <https://youtu.be/JPUa7WJZuk4>



Dado con posturas de Yoga



Dado con posturas de Yoga <https://dadoyoga.kefyoga.com>



Juego del Calentamiento



Juego del calentamiento <https://youtu.be//LLk6lfKPGCU>



La Hormiga Astronauta



La Hormiga Astronauta https://youtu.be/_EaQOnpFBhU

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores

Agosto 2024