

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

Agosto 2025



1
Comienza
alegre

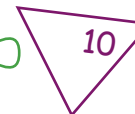


4
Ayuda a
Mamá



6
Mira las
nubes

7
Cuenta
de tu día



11
Alegrate

12
Juega



14
Escucha
al amigo

15
Mira
afuera



18
Duerme
Bien



20
Respira
profundo



22
Descansa

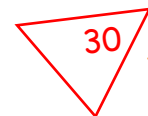


26
Ayuda en
Casa



28
Sonrie y
respira

29
Ten
calma



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores



Noa la Leoncita

<https://youtu.be/Eb02rwvvb38>



Mi Diario de Emociones

<https://www.kefyoga.com/diarioemociones>



Respiración profunda

<https://kefyoga.com/respiraciongalletas>



Carreras en la
playa

<https://youtu.be/H1i6wemgSbc>



Las Ovejas y el lobo

<https://youtu.be/ttuiu1VyYxA>



Mariposa Azul

<https://youtu.be/A2EE01IOEH8>



Respira y calma tu mente

https://youtu.be/iAh_5EMv4i0



Agosto 2025

¡Feliz Verano!

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores