

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

Sábado

Domingo

# Abril 2026

1  
Sonríe y  
respira

2  
Ayuda a  
Mamá

3  
Juega

4

5

3  
Comienza



8  
Descansa



10  
Juega

11

12



14  
Alegrate

15  
Duerme  
bien

16  
Cuenta  
de tu día



18

19

20  
Respira

21  
No tomes  
atajos

22  
Mira  
afuera



24  
Ayuda en  
Casa

25

26



28  
Juega



30  
Ten  
calma



Recursos de Yoga y Mindfulness

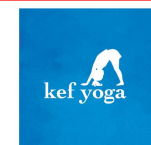
kefyoga.com - formación y recursos para profesores



El árbol que no daba frutas <https://youtu.be/5ubhCd9OcrI>



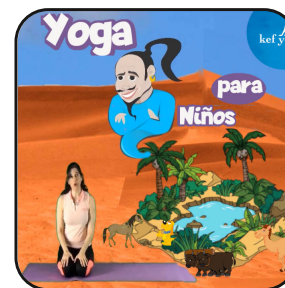
Las Ovejas y El Lobo <https://youtu.be/ttuii1VyxA>



Caja de las Sonrisas <https://kefyoga.com/caja-sonrisas>



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



La joroba de los Camellos <https://youtu.be/134EyTka9Bw>



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



Colorear Afirmaciones positivas <https://www.kefyoga.com/afirmaciones>

**Abril 2026**

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores