

Lunes

Martes

Miércoles

Jueves

Viernes

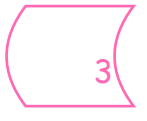
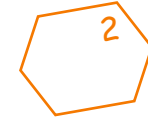
Sábado

Domingo

Mayo 2026



1
Comienza
alegre

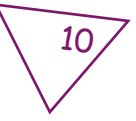
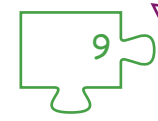


4
Ayuda a
Mamá



6
Mira las
nubes

7
Cuenta
de tu día



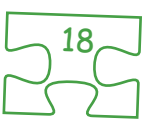
11
Alegrate

12
Juega



14
Escucha
al amigo

15
Mira
afuera



18
Duerme
Bien



20
Respira
profundo



22
Descansa

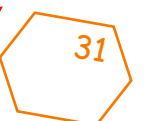
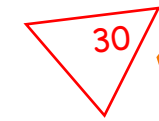


26
Ayuda en
Casa



28
Sonríe y
respira

29
Ten
calma



Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores



Noa la Leoncita

<https://youtu.be/Eb02rwwvb38>



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/A2EEO1IOEH8>



Respira y calma tu mente

https://youtu.be/iAh_5EMv4i0



Mayo 2026

Recursos de Yoga y Mindfulness

kefyoga.com - formación y recursos para profesores