

Sesiones de Meditación y Atención Plena

Nutrir el ámbito del ser

- Prácticas de centramiento y observación de la mente
- Reflexiones guiadas sobre “Estar en el presente con Aceptación Radical”

Sábado 17 de octubre · 10:00 - 11:00

Sábado 31 de octubre · 10:00 - 11:00

El tema central durante este trimestre será la Aceptación Radical



Elena Rodríguez

Se necesita inscripción previa
elenarodriguezyoga@gmail.com

Precio de la sesión: 10 euros