



UNIVERSIDAD DE
GUADALAJARA
Red Universitaria e Institución Benéfica de Jalisco



CONMEMORACIÓN
Día
internacional
del **YOGA**



TE INVITAMOS
A CELEBRAR
EL DÍA
INTERNACIONAL
DEL YOGA

21-22
JUNIO

YOGA

LUNES JUNIO 21

10 - 11 HRS.

108 SALUDOS AL SOL

para agradecer y dar la bienvenida a un cambio personal desde el interior conectando cuerpo - mente - respiración - emociones.

INSTRUCTORA: KARINA LEAL.

 **LIVE** cultura_cut

17 - 18 HRS.

SESIÓN DE MEDITACIÓN Y MUSICOTERAPIA.

INSTRUCTOR INVITADO: GABRIEL JIMÉNEZ.

Sesión virtual en vivo desde Zoom.

 **LIVE** centrouniversitariodetonala



MARTES JUNIO 22

9 - 10 HRS.

SESIÓN DE MEDITACIÓN

de autoconocimiento
para silenciar la mente.

INSTRUCTOR INVITADO: GUSTAVO GÓMEZ.

Sesión virtual en vivo desde Zoom.

 **LIVE** centrouniversitariodetonala

CONMEMORACIÓN



internacional

del **YOGA**

PROGRAMA