

TALLERES DE MINDFULNESS



Málaga



FYCMA. Sala de Conferencias 1

VIERNES 14 DE MAYO

Tarde

18:30h – 19:00h → Meditación principiantes

SÁBADO 15 DE MAYO

Mañana

11:30h – 12:00h → Meditación principiantes

12:30h – 13:00h → Explotación corporal consciente

13:30h – 14:00h → Meditación de la montaña

Tarde

16:30 – 17:00h → Exploración corporal

17:30 – 18:00h → Meditación principiantes

18:30 – 19:00h → Meditación con distintos focos

19:30 – 20:00h → Meditación en la respiración

DOMINGO, 16 DE MAYO

Mañana

- 11:30h - 12:00h** → Meditación principiantes
- 12:30h - 13:00h** → Explotación corporal consciente
- 13:15h - 13:45h** → Meditación de la montaña

Tarde

- 16:15h - 16:45h** → Exploración corporal
- 17:15h - 17:45h** → Meditación principiantes
- 18:15h - 18:45h** → Meditación con distintos focos



IMPORTANTE:
*El aforo es limitado
El acceso será por orden de llegada*