

Yoga Organizador



SHANTI
YOGA 
YOGAWILL

Yoga Organizador

MES:

L

M

M

J

V

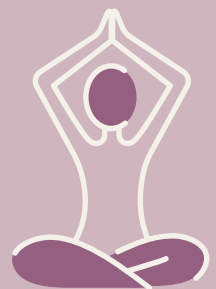
S

D

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OBJETIVO: >>>

NOTAS



Yoga Organizador

MES:

DÍA:

OBJETIVO:



INTENCIÓN:



ASANA
NUEVA

ASANA POR
MEJORAR



5 COSAS POR LAS QUE
ESTOY AGRADECIDO

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

COMO ME SIENTO

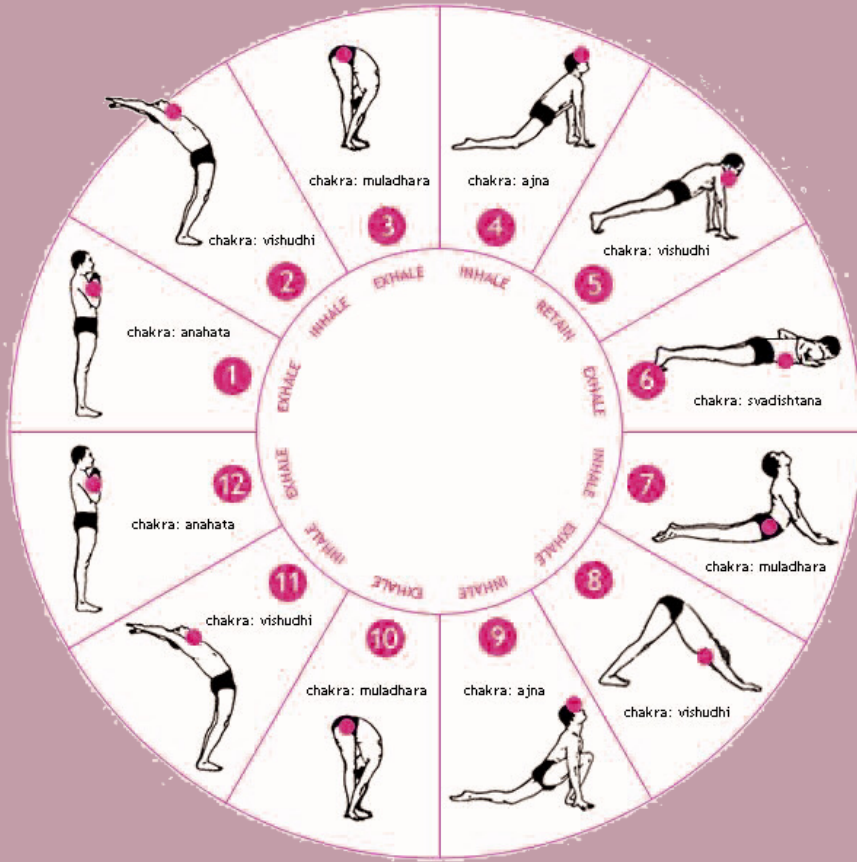


NOTAS



Yoga Organizador

TÚ PRACTICA



SALUDOS AL SOL

- 1 REPETICIÓN
- 2 REPETICIÓN
- 3 REPETICIÓN
- 4 REPETICIÓN

*inhala
exhala
repite*

NOTAS