Publicado en *Coordinación General de Comunicación Social* (https://comsoc.udg.mx)

Sesión de meditación

11:00 horas
La Librería Carlos Fuentes de la Universidad de Guadalajara invita a la **Sesión de meditación.**

Imparte: **Sadú León, Nibana Studio.**
Te invitamos a disfrutar de una sesión de meditación guiada por Sadú León. A través de esta técnica el cuerpo está en calma y la mente se libera de agitación para combatir el estrés, la ansiedad y la depresión. Atrévete a hacer de esta práctica una nueva parte de tu rutina semanal.

Próximas sesiones: 10, 17, 24 y 31 de marzo.

Fecha:
Domingo 03 de Marzo de 2019
Lugar:
Salón planta alta de la Librería Carlos Fuentes Dom. Periférico Norte Manuel Gomez Morín 1695, Colonia Belenes

URL Fuente: https://comsoc.udg.mx/actividades/sesion-de-meditacion-4