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.

Entrada libre.

**Fecha:**
Domingo 08 de Septiembre 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-5?width=600px&amp%3Bheight=400px&amp%3Binline=true&amp%3Bmini=2019-04