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.

**Salón planta alta de la Librería Carlos Fuentes**

**Fecha:**
Domingo 10 de Noviembre de 2019
**Lugar:**
Dom. Periférico Norte Manuel Gomez Morín 1695, Colonia Belenes

**URL Fuente:** https://comsoc.udg.mx/actividades/sesion-de-meditacion-7?page=6&amp%3Bmini=2019-03