Mindfulness

para la reducción del estrés

Programa original diseñado por el Dr. Jon Kabat-Zinn

Invierno 2018

Introducción al Mindfulness:

Martes 16 de enero de 18:00 a 20:30

Programa de 8 semanas: Martes del 23 de enero al 20 de marzo de 18:00 a 20:30 horas

General al momento presente, sin juzgar 99

