

JULIO

SEMANA 1

Desafío:

1 minuto de
meditación
al día



LUNES 5



NOTAS:

MARTES 6



NOTAS:

MIÉRCOLES 7



NOTAS:

JUEVES 8



NOTAS:

VIERNES 9



NOTAS:

SÁBADO 10



NOTAS:

DOMINGO 11



NOTAS:

NOTAS DE LA
SEMANA:

¿FUE MUY
DIFÍCIL
HACERLO?
¿BARRERAS
ENCONTRADAS?