



Universidad Motolinía  
del Pedregal



*Taller*  
**Yoga para adultos**

## Detalles del curso

Fomentar el bienestar físico, emocional y creativo, promoviendo la expresión personal, el desarrollo de habilidades corporales y la conexión mente-cuerpo a través de movimientos que estimulan la disciplina, la relajación y la creatividad.

**Constancia de finalización  
avalado por expertos.**

**Modalidad  
Presencial**

**Lunes y Miércoles  
Grupo 1: 12:30 - 13:30 hrs.**

**Grupo 2: 13:40 - 14:40 hrs.**



   @universidadmotolinia

 55 8187 6776  extun@ump.mx

Av. de las Fuentes 525, Col. Jardines del Pedregal, CDMX