

En este gimnasio nos enfocaremos en:

- ⇒ Una conciencia que expandir**
- ⇒ Un cuerpo que flexibilizar,
aligerar y energizar**
- ⇒ Un espíritu que engrandecer,
liberar y animar**
- ⇒ Emociones que aprender**
- ⇒ Habilidades que entrenar**
- ⇒ Relaciones que fortalecer**

CURSO IN3121

DESARROLLO DE HABILIDADES DIRECTIVAS

(Este ejercicio debe ser devuelto)

Instrucciones para iniciar curso:

- 1. Favor apagar o silenciar sus celulares**
- 2. Favor recordar y fijar en usted el objetivo central de este curso, que es practicar recurrente y rigurosamente un conjunto de ejercicios, individuales y grupales.**
- 3. Relea su Compromiso de aprendizaje.**
- 4. Tome posición en la sala según el número de grupo asignado. Siéntese, medite y reflexione en silencio con los ojos cerrados.**
- 5. Realice el ejercicio "Preparándonos para hacer de esta una gran clase".**