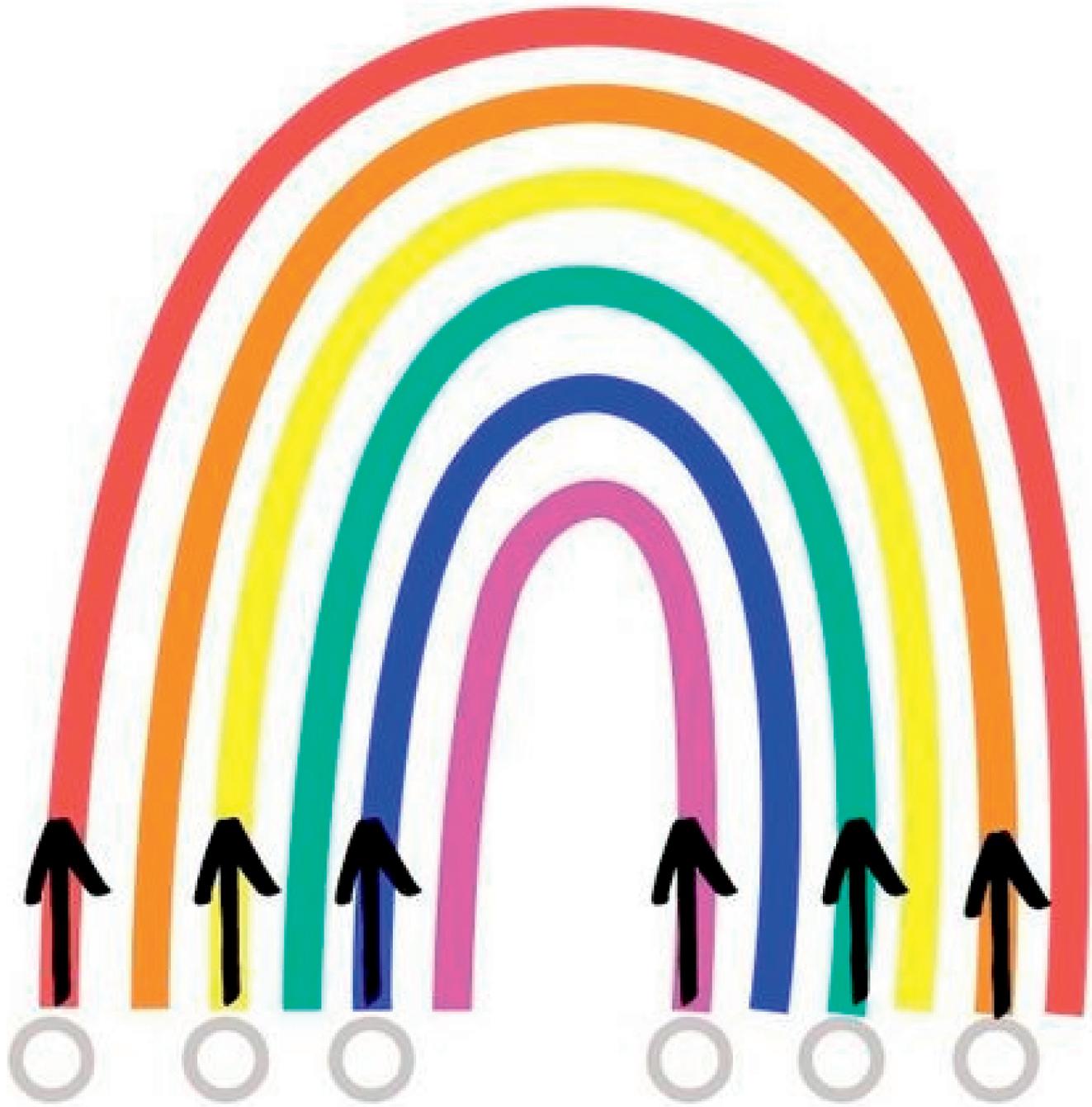


Respiración arcoiris

Creado por  Psicóloga
Pilar Cuellar



Coloca tu dedo en un punto, sigue la flecha con tu dedo y respira hondo.
Haz una pausa al final del color. Traza la siguiente flecha y exhala.
Continúe alrededor de la imagen varias veces.