

Cómo empezar a practicar yoga desde cero y enamorarte de él

"La clave para empezar de cero en yoga y enamorarte de él es hacerlo con mucha paciencia, sin expectativas. Lo bueno de empezar algo desde cero es que todas las expectativas se superan". Sin embargo, no siempre es fácil. Sé sincera: ¿cuántas veces te ha apetecido probar algo nuevo, que te saque de tu zona de confort, y al final no te has atrevido?

Admin, 20 de julio de 2019



9 destinos para viajar a la Luna sin salir de nuestro planeta

Hace exactamente 50 años, el hombre dio ese pequeño gran paso para la humanidad: la nave 'Apolo XI' llegó el 20 de julio de 1969 a la Luna y, un día después, Neil Armstrong fue la primera persona que caminó sobre la superficie lunar, en uno de los grandes hitos de la historia espacial mundial. Queremos invitarte a descubrir 9 destinos que son auténticos paisajes lunares, para que viajes a nuestro satélite sin moverte de la Tierra.

Mireia, 18 de julio de 2019

