

CURRICULUM VITAE : ZAFIRO LÓPEZ NAZZAR

Zafiro López Nazzar es una Yogini innata, su profesionalismo a nivel nacional e internacional se apoya en su vasta experiencia de haber nacido y crecido dentro de una familia yoghi.

A lo largo de los años, Zafiro ha tomado e impartido cursos, clases y talleres en diferentes estilos y escuelas en lugares tan diversos como India, España, Italia, México, Tailandia, Inglaterra, Costa Rica y Perú, lo que le hace una verdadera maestra internacional y ciudadana del mundo. Su formación abarca: Yoga Integral y Yoga terapia (India), mindfulness, meditación y masaje (Tailandia), Yoga para niños (España), Hatha, Acro, pranayama y yoga para niños (Honduras), Antigravity (Costa Rica), meditación dinámica, (México).

Es una mujer carismática que promueve que todos se conecten con la magia y la creatividad del niño interior que cada quien lleva consigo. Lo que da a sus clases un toque divertido y profundo a la vez, transmitiendo a sus alumnos la alegría de la práctica.



“Meditación es el arte de regresar “

De regresar a la simplicidad de la vida, al disfrute de cada momento, del eterno presente.

En tu meditación hoy tomate el tiempo para sentir a donde quieres regresar en esta etapa de tu vida, donde encontrar nuevamente tu centro. Cuando ya lo tengas percibe tu cuerpo y respira profundo dejándote llevar por todo eso que surge. Así quédate en silencio el tiempo que necesites .

