

Anatomía: Resumen musculatura del tronco

Ver en PDF:

http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/06/musculos-del-tronco_resumen.pdf

Por Àlex Costa

Anatomía: Erector de la columna

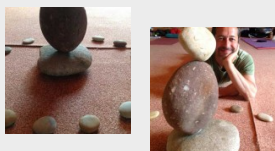
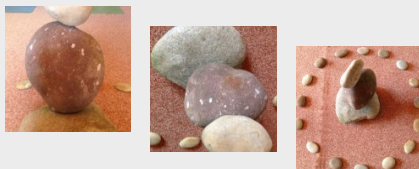
Ver en PDF:

http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/05/Erector_columna.pdf

Por Àlex Costa

Centro simbólico: Àlex Costa

Àlex Costa, LP, mayo 2015



Calentamiento: postura de meditación II

Ver en PDF:

http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/05/Calienta_medita02.pdf

Por Àlex Costa

Serie Global 29

Ver en PDF:

http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/05/Serie-Global_29.jpg

Por Julián Peragón

Suryanamaskar: Saludo al Sol intenso

Ver en PDF:

<http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/05/saludo-al-sol->

[intenso.pdf](#)

Por Àlex Costa

Anatomía: Serrato Mayor

Ver en PDF:

http://www.cuerpomenteyespiritu.es/wp-content/uploads/2015/05/Serrato_mayor.pdf

Por Àlex Costa

Suryanamaskar: Saludo desde atrás

Ver en PDF:

[saludo al sol desde atrás](#)

Por Àlex Costa

Suryanamaskar: Saludo con Salto

Ver en PDF:

[saludo al sol con salto](#)

Por Àlex Costa

Eneagrama: esquema pasiones, fijaciones y evitaciones

Ver en PDF:

[Ene_esquema](#)

Gracias a Lluís Rissech por plasmarlo en este esquema.
