



Harmony for Body, Mind and Soul

## Asociación Yoga en la Vida Cotidiana México, A.C.

www.yogaindailylife.org/mexico , www.facebook.com/YEVCMX  
mexico@yogaindailylife.org, cel.: (044) 55 1902 1416, (044) 55 1389 1526

Ciudad de México, 15 de mayo 2017

### INFORME ANUAL 2016

Asociación Yoga en la Vida Cotidiana México A.C. informa los asociados, colaboradores, alumnos, organizaciones de la sociedad civil, empresas e instituciones interesadas y el público en general de las actividades y resultados en el año 2016.

#### **CLASES DE YOGA**

La actividad básica de la Asociación son las clases de yoga que se realizaron en el año 2016 en la Ciudad de México e Ixtapaluca.

#### **En la Ciudad de México se dieron las clases de yoga en 10 centros:**

Delegación Coyoacán:

- Centro de Desarrollo Comunitario Villa Panamericana
- Huayamilpas Casa de Cultura Raúl Anguiano
- Centro Cultural Benemérito de Américas, Centro de Coyoacán

Delegación Benito Juárez:

- Salón de Fiestas Infantiles Mundo de Diez, Dr. Vertiz
- Deportivo Benito Juárez
- Casa de Cultura Juan Rulfo, Mixcoac

Delegación Iztapalapa:

- Casa de Cultura San Antonio

Delegación Tlahuac:

- Centro Selene
- Sport Dance Club, Nopalera, Tlahuac
- Centro de Desarrollo Comunitario Nopalera

#### **En Ixtapaluca se dieron las clases en:**

- Casa de Cultura Los Heroes

En todo el año se realizaron **824 clases** que las impartían **6 maestros** (y asistentes):

- Alberto Acosta Galindo
- Gastón Francisco Caballero Pérez
- Juana Huerta Sáenz
- María del Pilar Ramírez Ramírez
- Pushpa Devi
- Salustio Barrios Sánchez

En promedio se impartieron **19,25 clases por semana** con un promedio de **73,42 alumnos por semana**.

## **SATSANG**

En el año 2016 se realizaron **9 satsangs**, que significan un punto esencial en el desarrollo personal espiritual a través de la enseñanza de yoga.

### **Los temas:**

- El Valor de la Vida Humana
- Maha Shiva Ratri
- La Enseñanza y la Belleza de Bhajans
- La Gloria de la Madre
- GURUPURNIMA
- Unos Días con el Maestro
- Diwali
- Qué es Alakh Puriji Sidha Peetha Parampara
- Satsang Navideño

## **OTRAS ACTIVIDADES PRINCIPALES**

- Cocina Verde – el curso teórico práctico de la cocina vegetariana
- Hatha Yoga Kriyas – las técnicas de purificación física y mental
- Clases Gratuitas en todos los centros por el Día Internacional de Yoga (21 de junio)
- Evento de yoga en el Árbol de la Paz en Mixcoac por el Día Internacional de Yoga
- Participación en el Evento de la Embajada de la India en Zócalo de la Ciudad de México por el Día Internacional de Yoga
- Evento por cumpleaños de Vishwaguruji en el Árbol de la Paz en Mixcoac
- Evento en el Árbol de la Paz, Mixcoac por el Día Internacional de la Paz (21 de septiembre)
- Cocina Verde - Curso práctico de cocina hindú, impartida por Sonia A. Punjabi de Oakland, EE.UU.

En estas actividades participaron **230 personas**.

## **DONADORES Y VOLUNTARIOS**

- Los miembros de la Mesa directiva de la Asociación (Pushpa Devi - presidenta, Juana Huerta Saenz - vicepresidenta, Virginia Slim Ramirez - la tesorera y contabilidad de la Asociación, Alberto Acosta Galindo – secretario)
- Varios alumnos que ayudaron en las actividades de la Asociación

## **AGRADECIMIENTO**

a:

- todos los centros que abrieron la puerta para las clases u otras actividades de la Asociación
- los maestros (y asistentes) mencionados por su participación como voluntarios en impartir las clases y participar en otras actividades
- todos los voluntarios que apoyaron las actividades de la asociación
- Asociación Shikoba por la invitación a participar en sus capacitaciones
- Embajada de la India por poder cooperar en el evento en el Día Internacional de Yoga

---

*Asociación Yoga en la Vida Cotidiana México, A.C.* es una organización humanitaria sin fines de lucro. Las actividades de la Asociación tienen el objetivo de servir a la humanidad a través de la estimulación de la salud; la paz mundial; la ayuda humanitaria; la protección del medio ambiente y de todos los seres vivos; y la tolerancia, el respeto y la libertad entre las religiones, las culturas y las naciones.

## Anexo al Informe Anual 2016:

### **CLASES DE YOGA**



### **CURSOS DE COCINA VEGETARIANA**



### **EVENTOS**

