

UNA SEMANA PARA AYUDAR

A WEEK TO HELP

23-27/11/2020

Con cualquier monto de donación, tendrás acceso a **TODAS LAS SESIONES** en vivo por ZOOM cada día.

<https://deforest.mx/semana-para-ayudar-2020/>

LUNES 23 de noviembre - Día Fitness			
Yoga para todos los niveles	8 AM CDMX 3 PM CET	Español	Con Carina García
Yoga transformativo	11 AM CDMX 6 PM CET	Inglés	Presentado por "OmSpririTri" Stephanie Smith
Clase de Salsa	1 PM CDMX 8 PM CET	Español	Con Jazzmin Cordova
Circuito	5 PM CDMX 12 AM CET	Español	Con Anangel Deyanira y Tristán Rivera
HIITCore con Anny	7 PM CDMX 2 AM CET	Inglés	Con Anny Huang
MARTES 24 de noviembre - Día Artístico			
Mejora tu fotografía	1 PM CDMX 8 PM CET	Inglés	Con Manu Villalobos
Ilustración Digital en Ipad Pro para principiantes	2 PM CDMX 9 PM CET	Español	Con Alejandra Moreno
Pintemos con popotes (clase para niños 5-10 años)	4 PM CDMX 11 PM CET	Español Inglés	Con Regina de la Concha
Pinta tus sueños	6 PM CDMX 1 AM CET	Español Inglés	Con Clara Bello Baez
Técnica japonesa de pintura "Sumi-e"	8 PM CDMX 3 AM CET	Español Inglés	Con Hilda Camarillo
MIÉRCOLES 25 de noviembre - Día de Cocina			
Pan de elote	11 AM CDMX 6 PM CET	Español	Con María Andrea Rodríguez
Gnocchi y Glühwein	1 PM CDMX 8 PM CET	Inglés	Con Lucas Leon
Chimichangas	2 PM CDMX 9 PM CET	Español	Con José Ramón Ávila
Galletas de crema de cacahuete	3.30 PM CDMX 10.30 PM CET	Español Inglés	Con Michelle Barcena
Queso de cabra horneado	7 PM CDMX 2 AM CET	Español Inglés	Con David Fuentes
JUEVES 26 de noviembre - Día de Pláticas			
El verdadero liderazgo	11 AM CDMX 6 PM CET	Inglés	Con Alejandra Cruz Azuara
Consejos para preparar un CV exitoso	1 PM CDMX 8 PM CET	Inglés	Con Renate Lugmair
Meditación "El cambio comienza al aceptar"	2 PM CDMX 9 PM CET	Inglés	Con María Concepción González González
Resiliencia para empresas	4 PM CDMX 11 PM CET	Español	Con Clara Govea Ramírez
Relación entre el dinero y la felicidad	6.30 PM CDMX 1.30 AM CET	Español	Con Aura Ramírez de Querido Dinero
Meditación con cuencos	8 PM CDMX 3 AM CET	Español	Con Loli Fuentes
VIERNES 27 de noviembre - Día de Música			
Cómo descubrir tu musicalidad: pasos sencillos para músicos principiantes	11 AM CDMX 6 PM CET	Inglés	Con licht & rauch (Simon Lichtenegger & Verena Rauch)
House Music desde Austria con amor	2 PM CDMX 9 PM CET	Inglés	Con DJ Flowmotion (Florian Veith) & MATTU (Matthias Perl)
Música Pop Rock	7.30 PM CDMX 2.30 AM CET	Español	Con Óscar Ceceña "Atomix"
Música para todo y para todos	8.30 PM CDMX 3.30 AM CET	Español	Con París Renán Gallegos de la Escuela de Música "Rock You"

Si tienes una pregunta, no dudes en contactarnos al siguiente correo: probono@deforest.mx
Con gusto te ayudamos. ¡Muchas gracias por tu interés y tu apoyo!