



## 2014. AÑO DE LOS TRATADOS DE TEOLOYUCAN

Ecatepec de Morelos, Estado de México, 10 de marzo de 2013.

### MACRO SESIÓN DE YOGA ILUMINA LA EXPLANADA MUNICIPAL DE ECATEPEC

Ecatepequenses de todas las edades, participaron en la jornada de Yoga "Uno Más por la Salud", donde se llevaron a cabo actividades de relajación y meditación de la tradicional disciplina de la India para el equilibrio mental, físico y emocional, para liberar el estrés y levantar la cara al cielo para sonreírle a la vida.

El gobierno del Estado de México, a través de la secretaria de Educación presidida por Raymundo Edgar Martínez Carbajal, con la finalidad de mejorar la salud de los mexiquenses, llevará dieciséis clases masivas de esta disciplina a diferentes municipios; este programa se ha llevado Tlalnepantla y Atizapán.

Por su parte, el presidente municipal de Ecatepec, Pablo Bedolla López, dio a conocer que gracias a estos ejercicios se puede obtener un mejor espíritu de salud y convivencia, así como amor al prójimo, ya que el noventa por ciento de los beneficios que da este método es por medio de la respiración.

"Que bueno que asistieron tantos miles de hombres y mujeres jóvenes y de la tercera edad a esta extraordinaria clase de Yoga que realiza Más de Uno, Salud y Bienestar que realiza el gobierno del Estado de México en coordinación con el Ayuntamiento de Ecatepec." manifestó Bedolla López.

Finalmente, la líder del proyecto Más de Uno por parte de Causa en Común, María Galindo, expresó que saliendo a los espacios públicos se puede promover la convivencia familiar y la formación de comunidad.

