Bitácora de prácticas

|  |  |
| --- | --- |
| **Nombre del participante** |  |
| **Generación** | **Mes:** \_\_\_\_\_\_Marzo-Mayo\_\_\_\_\_\_ **Año:** \_\_\_\_\_\_2021\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Fecha y hora**Febrero 2021 | **Practica PEM***(Tuza, Escucha-consiente, Recorrido del cuerpo, etc.)* | **Observaciones o comentario sobre la experiencia personal** |
| 6:16 P.M./ 01 | TUZA | ME AYUDÓ A RELAJARME |
| 5:25 P.M./ 02 | TUZA CON APP | EL AUDIO ME SIRVE DE GUÍA |
| 6:23 P.M. / 03 | RECORRIDO DEL CUERPO CON APP DE MWB | ME GUSTA HACERLA, FUE ÚTIL |
| 6:35 P.M./04 | TUZA |  |
| 5.25 P.M. / 05  | TUZA |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |