



AGENDA | WELIFE TOUR BARCELONA | 22 ABRIL

- 09:00h** **INICIO | #MercedesBenzWeLifeTour**
Llegada de asistentes y bienvenida
- 09:15h** **CLASE | Vinyasa Yoga**
Mercedes de la Rosa | CEO y co-fundadora de Zentro Urban Yoga
- 10:25h** **PONENCIA | El ayuno intermitente y otros hábitos sostenibles de alimentación**
Néstor Sánchez | Psiconeuroinmunólogo y codirector de Regenera
- 11:25h** **BREAK SALUDABLE**
- 11:50h** **PONENCIA | ¿A qué esperas para ser feliz?**
Cristina Martínez | Doctora en Psicología y autora del libro "Ser feliz es urgente"
- 12:50h** **SESIÓN | Meditación guiada**
Belén Colomina | Psicóloga y experta en meditación de Petit BamBou
- 13:20h** **BREAK SALUDABLE**
- 13:45h** **FIN | #MercedesBenzWeLifeTour**

Global Partner:

Mercedes-Benz

Patrocinan:

GARNIER



Petit BamBou

Organizan:

welife*
A new way of living

vocento

ABC