

**TU IMAGEN****TRATAMIENTOS CORPORALES  
DEPLACIÓN - MASAJES**

4455-2718 El Zonda 1972, San Miguel

*Ana López* Cosmetóloga y Esteticista  
Pedicura - Manicura**Corralón Sarmiento S.R.L.**

VENTA DE MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN

ALQUILER DE MÁQUINAS VIALES  
OBRAS VIALES Y MOVIMIENTO DE TIERRAAv. Sarmiento 2400 Tel. 4465-2070  
1663 - San Miguel Pcia. Bs. As.**EL ESPEJO MÁGICO**

BOLETÍN DE DIFUSIÓN DE DISCIPLINAS ORIENTALES

PROPIETARIO: JORGE HUMBERTO UZ (CUIL 20-16723109-9) - DIRECTOR: JORGE H. UZ

## EL RIESGO DE NO ARRIESGARSE

*Reír es arriesgarse a parecer un tonto.**Llorar es arriesgarse de parecer sentimental.**Ir al encuentro de alguien es arriesgarse a quedar envuelto.**Exponer los sentimientos es arriesgarse a exponer su propio ser.**Presentar sus ideas, sus sueños ante la gente es arriesgarse a perder.**Amar es arriesgarse a ser amado.**Vivir es arriesgarse a morir.**Tener esperanzas es arriesgarse al desengaño.**Tratar por todos los medios algo es arriesgarse al fracaso.**Pero, debemos arriesgarnos.**Porque el mayor peligro en la vida es no arriesgar nada.**El hombre, la mujer que no se arriesga, no hace nada, no tiene nada, no es nada...**La criatura estudiosa que llevas adentro, el travieso ser espiritual que encarna tu auténtica personalidad, te guía por la vida.**No vuelvas la espalda a los futuros posibles antes de estar seguro de que no tienes nada que aprender de ello.***Richard Bach**ESCUELA DE  
DISCIPLINAS ORIENTALES**YAMABUSHI**

PER. JUR. MAT. 33071

## DISCIPLINAS

NINPO ZEN  
TAI CHI CHUAN  
HATHA YOGA  
YOGA SOLAR  
ARQUERIA ZEN  
ESPADA SAMURAI  
BOXEO TAILANDES  
DIGITOPUNTURA  
REFLEXOLOGÍA  
ZA ZEN  
TENSEGRIDAD  
INSTRUCTORADO DE YOGA  
INSTRUCTORADO DE TAI CHI  
FORMACIÓN MUSICAL

## NUESTRAS SEDES

SAN MIGUEL I  
EL MAESTRO 2530  
SAN MIGUEL II  
PELUFFO 1450  
MUÑIZ I  
ALBERDI 1510  
MUÑIZ II  
D'ELLIA 456  
MORÓN  
SUCRE 1199  
JOSÉ C. PAZ  
PAUNERO 3973  
BELLA VISTA  
SANTA FE 1425  
VILLA DE MAYO  
ARQUIMEDES 2648  
MORENO - TRUJUY  
VUCETICH 7580

4664.1863

**FARMACIA  
PINTAR**OBRAS SOCIALES  
RECETAS MAGISTRALESAv. Sarmiento 2393  
San Miguel - Tel. 4455-5502**Estudio de Danzas y Ballet**

SE DICTAN CLASES DE:

TAP - REGGATÓN - BALLET - ARABE - ESPAÑOL - JAZZ DANCE

Clases para Niños y Adultos todos los niveles

INICIACIÓN A LA DANZA

(nenas de 3 a 5 años)

CL: 15.4915.4008

TE: 4664.7182

INFORMES: Peluffo 1468 (ex Fraga) - San Miguel

**PROFESORA NACIONAL  
DE PIANO**CLASES INDIVIDUALES  
Y GRUPALESCOMUNICARSE AL:  
4664-7594 **Sra. ELBA****LIBRERIA MAXIKIOSCO  
"LOS HERMANOS"**Golosinas - Galletitas - Despensa  
Juguetes - Art. de Librería  
Diarios - Revistas

4455 - 7038

Av. Sarmiento 2594 San Miguel

**" LA ALBAHACA "**  
**Curso de Cocina Naturista**

SEDE FENIX DORADO

Peluffo (ex Fraga) 1450

San Miguel

Laura 4451 - 1043  
15 - 3049 - 4497**J.D.L. Construcciones**Instalaciones y Planos para Gas  
Natural.

PROYECTOS PARA REDES

Instalaciones de Agua en

Termofusión

SERVICE EN ARTEFACTOS A GAS.

Zuviria 4169 (J.C. Paz)

02320-443477

*SE APLICAN***INYECCIONES**

EL MAESTRO 2530

Barrio Sarmiento

San Miguel

**COPY - JAC**

\* REPARACIÓN DE PC'S

\* PRESUPUESTO SIN CARGO

\* TRABAJOS CON GARANTÍA

Letonia 4365 San Miguel

TEL.: 4455-4091

**CENTRO INTEGRAL  
DE COPIADO**FOTOCOPIAS - DUPLICACION  
IMPRESIONES en SISTEMA OFFSET  
COMPOSICION LASER - LIBRERIA COMERCIAL  
FORMULARIOS del AUTOMOTOR

Av. Perón 608 - Muñiz - 4664-7741

**LILIANA FONTELA****PSICÓLOGA GRAFOANALISTA**

\* Atención en Crisis de Pánico

\* Terapias Florales

**CONSULTAS:****4668 - 2603**

## MASAJES TERAPÉUTICOS

EN LA ESCUELA YAMABUSHI

CON TÉCNICAS ORIENTALES Y OCCIDENTALES

*digitopuntura – shiatsu – tailandés – tui na – rei ki shin ki do – reflexología de manos y pies  
masoterapia – gimnasia pasiva*

Se utilizan cañas, piedras, palillos, aceites.

MUÑIZ: **Alberdi 1510** | tel. 4664-1863

SAN MIGUEL: **Peluffo (ex Fraga) 1450** | tel. 4664.9656

SOLICITAR TURNOS



## NINPO ZEN

El Ninpo Zen es un estilo marcial nacido en nuestra Escuela de la fusión del Kempo Indochino y el Ninjutsu japonés

Tomando como método de enseñanza el Shugendo (vía de los Poderes), el Ninpo Zen se caracteriza por proveer al practicante de elementos contundentes para derrotar a los fantasmas del fracaso, la decepción, el pesimismo, la sobrecarga emocional, la ansiedad, la inseguridad, la histeria, el autodesprecio, la autocomplacencia, la vanidad, el egocentrismo, etc. Factores estos que no nos permiten vivir una vida natural y ordenada de acuerdo a lo que el mundo requiere de nosotros.

Todos venimos a la vida con una misión, los practicantes de Ninpo Zen, tienen como misión el cuidado de antiguas enseñanzas venidas del oriente, para que perduren a través del tiempo y sirvan como legado a las futuras generaciones de buscadores de la luz del Espíritu.

El Ninpo Zen se sirve de elementos tangibles, no es deporte ni competencia, es un sendero Espiritual, que comienza con el cuidado del cuerpo, adiestramiento psicofísico, alimentación y fundamentalmente orientarnos hacia el Noble Óctuple Sendero enseñado por Buda.

## LA ESCUELA YAMABUSHI LE OFRECE:

### GRUPOS TERAPÉUTICOS

*atención de adicciones - familiares de adictos - violencia familiar  
mujeres y hombres que aman demasiado - expresión corporal - psicodrama - grupos de adolescentes*  
Terapia Individual - Psicoanálisis

**4667.1172 - 15.3103.4036 - Turnos e informes (de 14hs a 21hs)**

MAS INFORMACIÓN EN NUESTRA PÁGINA



## Beneficios de la práctica de TAI - CHI - CHUAN

- Reduce el stress, mejorando el sistema nervioso
- Disminuye la ansiedad
- Mejora la concentración y la memoria
- Desarrolla la coordinación, ordenando ambos hemisferios
- Reestablece el equilibrio fisioenergético
- Aumenta la movilidad de las articulaciones
- Mejora la circulación sanguínea aliviando el trabajo del corazón
- Combate la hipertensión
- Beneficia los procesos digestivos y ayuda a la normalización intestinal
- Fortalece las piernas y mejora el tono muscular
- Mejora el equilibrio, contribuyendo a evitar caídas
- Mejora la capacidad respiratoria
- Ayuda a recuperar el vigor
- Incrementa el sistema inmunológico

Escuela Yamabushi - Amplios horarios



## Las Delicias de Mama

TODO CASERO...

Tortas - Tartas - Pan Casero - Alfajores -  
Panes Saborizados - y mucho más ...

Atención: 8:00 a 13:00 hs - 16:00 a 20:00 hs  
Av. Sarmiento esq. Pra. Junta - San Miguel

## HUEVOS DE CODORNIZ

ADQUIÉRALOS EN

ESCUELA YAMABUSHI



Alberdi 1510 - Muñiz  
Peluffo 1450 - San Miguel

Escuela Yamabushi

## DEMOSTRACIÓN DE NINPO ZEN EN EL TEATRO MARECHAL

El día domingo 31 de julio a las 18 hs., la Escuela Yamabushi realizará una demostración de Ninpo Zen en el Teatro Marechal (San Miguel). Estamos juntando fondos para la compra de la Sede Muñiz y realizamos este evento para ello.

El valor de la entrada será de \$ 30, que usted podrá adquirir en la Escuela o reservándola por teléfono al 4664-1863

La demostración estará a cargo de alumnos avanzados y constará de:

- Técnicas Ninja de entrenamiento y adiestramiento psicofísico
- Técnicas antiguas de combate cuerpo a cuerpo (aiki jutsu)
- Manejo de armas Ninja
- Espada samurai (técnicas de Iaido y kendo)
- Katas

*Esperamos que nos acompañe*

### CLASES DE GUITARRA Y VIOLIN EN LA ESCUELA YAMABUSHI

VIOLÍN: Miércoles 16 hs. en Alberdi 1510 – Muñiz | Jueves 14hs. en D'elia 456 – Muñiz

GUITARRA: Miércoles de 19 a 20 hs. y de 20 a 21 hs. en Alberdi 1510 – Muñiz

INFORMES AL 4664-1863

**INSTRUCTORADO  
DE YOGA  
EN DOS AÑOS**

Informes al: 4664-1863

### Pedicuria a Domicilio

Belleza del pie

Zona: B. Vista,  
Muñiz y S. Miguel

**Sra. Rosa**

tel.: 4664.9290



Casa de comidas Yamabushi



COMIDAS TRADICIONALES, NATURISTAS Y ORIENTALES  
ALMUERZOS, CENAS Y ENTREGAS A DOMICILIO

Horarios: de lunes a sábado de 11.30 A 14hs. Y de 19 a 23hs.

*Un ambiente propicio para almorzar o cenar en armonía, lejos del ruido, pero cerca de su casa...*

*Peluffo (ex Fraga)1450 - entre Belgrano y Charlone (4664-9656)*

### JARDIN HAIS DE LA ESCUELA YAMABUSHI

ALMUERZOS Y DESAYUNOS NATURISTAS  
COMIDAS PARA LLEVAR

MILANESAS DE QUINOA – DE LENTEJAS - DE MIJO

MILANESAS DE QUINOA PARA CELÍACOS - HAMBURGUESAS DE SEITÁN – PIZZAS – TARTAS-  
EMPANADAS – HAMBURGUESAS COMPLETAS

PAN INTEGRAL – FACTURAS INTEGRALES – ALFAJORES

PREPIZZAS INTEGRALES – PASTAFROLAS - TRUFAS

Alberdi 1510 - Muñiz (4664-1863) o Peluffo (ex Fraga) 1450 (4664-9656)

Envíos a domicilio

### AJO NEGRO

10 veces más aminoácidos

10 veces más alicina

Sólo 3% del olor a ajo

DISPONIBLE EN  
ESCUELA YAMABUSHI  
4664-1863

### CONVERSACIONES INDIVIDUALES

¿Hay situaciones o aspectos de tu vida que no te están haciendo sentir bien?

¿Te gustaría que lo conversemos?

Llamame que juntos busquemos un mejor resultado

4666-6939 / 15-5149-8263 | [nuevoslogros@gmail.com](mailto:nuevoslogros@gmail.com)

María Ines García Conde

Coach Ontológico Profesional

Técnica Superior en Coordinación Grupal

Escuela Yamabushi

<b>SEDE MUÑIZ I</b>	<b>Alberdi 1510 (esq. M. Irigoyen) 46641863</b>	
NINPO ZEN:	Lunes: 21hs Miércoles: 14.15 hs y 21hs Viernes: 9, 14.15 y 19.30 hs	Martes: 9 y 19.30 hs Jueves : 21hs Sábados: 16hs
NINPO ZEN P/ NIÑOS:	Martes y Viernes: 17.30 hs	
YOGA:	Lunes: 8, 9, 14, 16, 18 y 20 hs Miércoles: 8, 9, 10.30, 19 y 20 hs Viernes: 8, 9, 10.30, 15, 20 y 21 hs	Martes: 8, 9, 14, 15, 20 y 21 hs Jueves: 8, 9, 14, 16, 18 20 y 21 hs Sábados: 9 hs
YOGA SOLAR:	Sábado 27: 10.30 hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 8, 10.30, 15 y 19 hs Jueves: 8, 10.30, 15 y 19 hs Sábados: 14.30 hs	Martes: 10.30, 16 y 18.30 hs Viernes: 16 y 18.30 hs
WU SHU:	Martes y Viernes: 17 hs	
<b>Consultar por clases de: MUAY THAI, KYUDO, IAI DO y ZAZEN al 4664-1863.</b>		
<b>SEDE BELLA VISTA</b>	<b>Santa Fe 1425 (casi Richieri) 46641863</b>	
YOGA:	Lunes: 8.30 hs Miércoles: 8.30 y 19 hs Viernes: 8.30 y 19 hs	Martes: 8, 14 y 19 hs Jueves: 8.30 y 14 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes, Jueves y Viernes: 9.30 hs Martes y Viernes: 17 hs	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 15.30 hs	Jueves: 15:30 hs
NINPO ZEN P/ NIÑOS:	Martes y Viernes: 18 hs	
<b>SEDE MORON</b>	<b>Sucre 1199, Morón Sur 4627-1057 / 15-5317-1115</b>	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes: 18hs	
<b>SEDE MORENO</b>	<b>Vucetich 7580, Moreno 4664-1863</b>	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	

## INFORMACIÓN DE HOY

### ESCUELA YAMABUSHI

*En el Centro de Estética Corporal*  
*Farias 711 - San Miguel - 4664-1863*

#### CLASES DE YOGA:

**Martes: 17 Hs. - Miércoles: 10 y 19 Hs. - Viernes: 10 – 17 y 19 Hs.**

#### NINPO ZEN

Está abierta la inscripción para el nivel inicial de NINPO ZEN.  
Día de prueba e ingreso **3 de Septiembre de 2011** a las **16 hs.**  
INSCRIPCIÓN DE JUNIO A AGOSTO

#### Viaje a La Cumbre - Provincia de Córdoba

En agosto realizaremos un viaje a la cumbre con el objetivo de vivir tres días en la naturaleza mística de las sierras bajas. El encuentro está programado para el día 13 alrededor de las 8 de la mañana en el alojamiento para retiros de los monjes capuchinos. Fraternidad san roque – capilla san roque sin número, la cumbre – córdoba.

Visitaremos el cristo redentor, visitaremos los cocos y haremos el ascenso al sagrado cerro uritorco.

Los interesados llamar al **4664-1863** – el viaje incluye pensión completa, clases especiales, alojamiento y viaje.

## HERRERIA

De Obra y Artística

15-3730-5353 - 691\*1604 - Mariano

## Actitud Movil

TELEFONÍA CELULAR - SERVICIO TÉCNICO OFICIAL - SERVICIO DE FOTOCOPIAS

*Todo lo que te imaginas y lo que no te puedes imaginar en:*  
Irigoin 4347 (San Miguel) | Tel. (11)4455-8882  
Abierto de Lunes s Sábados de 9 a 20 hs  
[www.actitudmovil.com.ar](http://www.actitudmovil.com.ar)



## BONDADES DEL LIMON

El Limón es un producto milagroso para matar las células cancerosas. Es 10,000 veces más potente que la quimioterapia. ¿Por qué no estamos enterados de ello? Porque existen organizaciones interesadas en encontrar una versión sintética, que les permita obtener fabulosas utilidades. Así que, de ahora en adelante, usted puede ayudar a un amigo que lo necesite, haciéndole saber que le conviene beber jugo de limón para prevenir la enfermedad. Su sabor es agradable. Y por supuesto no produce los horribles efectos de la quimioterapia. Y sí tiene la posibilidad de hacerlo, plante un árbol de limón en su patio o jardín. Todas sus partes son útiles.

La próxima vez que usted quiera beber un jugo, pídelo de limón natural sin preservantes. ¿Cuántas personas mueren mientras este secreto ha estado celosamente guardado para no poner en riegos las utilidades multimillonarias de grandes corporaciones? El interés de esta planta se debe a sus fuertes efectos anticancerígenos. Y aunque se le atribuyen muchas más propiedades, lo más interesante de ella es el efecto que produce sobre los quistes y los tumores. Esta planta es un remedio probado para los cánceres de todos los tipos. Se la considera además como un agente anti-microbial de amplio espectro contra las infecciones bacterianas y por hongos; es eficaz contra los parásitos internos y los gusanos, regula la tensión arterial alta y es antidepresiva, combate la tensión y los desórdenes nerviosos.

La fuente de esta información es fascinante: procede de uno de los fabricantes de medicinas más grandes del mundo, quien afirma que después de más de 20 pruebas de laboratorio, realizadas a partir de 1970 los extractos revelaron que:

Destruye las células malignas en 12 tipos de cáncer, incluyendo el de colon, de pecho, de próstata, de pulmón y de páncreas...

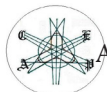
Los compuestos de este árbol demostraron actuar 10,000 veces mejor retardando el crecimiento de las células de cáncer que el producto Adriamycin, una droga quimioterapéutica, normalmente usada en el mundo.

Y lo que es más asombroso: este tipo de terapia, con el extracto de limón, destruye tan sólo las células malignas y no afecta las buenas.

### BONSAI

Compra + Venta  
Arboles preparados para ser  
trabajados como bonsai +  
bonsai trabajados - siembra

4664-1863



CENTRO DE ESTUDIOS  
ASTROLÓGICOS Y PARAPSICOLÓGICOS  
CONSULTORIO

TAROT - VIDENCIA - VIDAS PASADAS -  
ASTROLOGIA - RUNAS  
APRENDIA: Cartomancia - Radiestesia - Armonización  
Energización - Feng Shui - Defensa Personal

Av. Balbin(ex Mitre) 883 - S. Miguel  
4667-5251 / 15-6602-7497 / 15-5378-2019  
www.ceapa.galeon.com - ceapa4@yahoo.com.ar

<b>SEDE SAN MIGUEL I</b>	<b>El Maestro 2530 Barrio Sarmiento   4664-1863</b>	
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 19 hs	
YOGA:	Miércoles: 9 y 17 hs Sábados: 9 hs	Viernes: 17 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves: 18 hs	
<b>SEDE SAN MIGUEL II</b>	<b>Peluffo 1450   4664-1863</b>	
YOGA:	Lunes: 8.30, 14.30, 19 y 20 hs Miércoles: 9, 18 y 20 hs Viernes: 9, 16, 18 y 19 hs	Martes: 9, 14, 16 y 19 hs Jueves: 8.30, 14.30, 19 y 20 hs Sábados: 9 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 10 y 16 hs Miércoles: 10 y 19 hs Viernes: 20 hs	Martes: 15 hs Jueves: 10 hs
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 14.30 hs	Miércoles y Viernes: 19.30 hs
<b>SEDE JOSÉ C. PAZ</b>	<b>Paunero 3973   02320-439824</b>	
YOGA:	Lunes : 8 y 9 hs Jueves: 8hs	Martes y Viernes: 16.30 hs
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes: 18hs	Miércoles y Viernes: 8 hs
<b>SEDE MUÑIZ II</b>	<b>D'elia 456   4664-1863</b>	
YOGA:	Lunes: 8, 9.30 y 18 hs Miércoles: 9, 15.30, y 19 hs Viernes: 15.30 hs	Martes: 9.30 y 19 hs Jueves: 8, 10 y 17 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 15.30 hs Jueves: 9 hs	Martes: 8 y 20 hs Viernes: 20 hs
<b>SEDE V. DE MAYO</b>	<b>Arquímedes 2648 (a 4 Cuadras Estación)  4664-1863</b>	
YOGA:	Lunes: 8 y 10 hs Jueves: 8 y 10 hs	Miércoles: 17.30 y 18.30 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 9 hs Miercoles: 19.30 hs	Jueves: 9 hs Viernes: 19.30 hs

## PARA LOGRAR LA LONGEVIDAD

Cada pensamiento genera una emoción y cada emoción moviliza un circuito hormonal que tendrá impacto en las cinco trillones de células que forman el organismo humano. Las conductas S, promueven la secreción de Serotonina:

**Serotonina** — Seriedad  
Sabiduría  
Silencio  
Sabor  
Sexo  
Sueño  
Sonrisa

Las conductas R, facilitan la secreción de Cortisol, una hormona corrosiva para las células, que las hace envejecer:

**Cortisol** — Resentimiento  
Rabia  
Rencor  
Reproche  
Remordimiento  
Represión  
Resistencia

Las conductas S generan A:

**Conductas S** — Ánimo  
Amor  
Aprecio  
Amistad  
Acercamiento

Las conductas R generan D:

**Conductas R** — Depresión  
Desánimo  
Decepción  
Desesperación  
Desolación

**USTED ELIGE**

ESCUELA YAMABUSHI



Y  
A  
M  
A  
B  
U  
S  
H  
I

Y  
A  
M  
A  
B  
U  
S  
H  
I