



EL ESPEJO MÁGICO

BOLETÍN DE DIFUSIÓN DE DISCIPLINAS ORIENTALES

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

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

BELLA VISTA

SANTA FE 1425

VILLA DE MAYO

PEDRO UREÑA 2474

ITUZAINGÓ

MARTIN RODRIGUEZ 3535

4664.1863

NO NOS CREAMOS MÁS DE LO QUE REALMENTE SOMOS

En nuestra larga experiencia en este camino, hemos detectado que mucha gente llega a la Escuela llena de conocimientos y tratan de imponer y mostrar lo que saben. Entonces habría que preguntarse ¿a qué vienen a la Escuela? ¿a aprender o enseñar?

Con la mayor de nuestra paciencia intentamos trabajar poco a poco con el alumno para que se dé cuenta que lo que está lleno, no se puede volver a llenar, por lo tanto, si no se vacía, nada va obtener en la Escuela. Pero eso no es todo, con el tiempo terminan diciendo que no aprendieron nada y que la práctica de Yoga o cualquier disciplina que hayan elegido, no les sirvió para nada. En el fondo han venido a tratar de imponer su personalidad y mostrar lo que tienen, que en realidad es de lo que carecen.

Detrás de todo ese conocimiento, no hay nada, sólo vacío, dudas e ignorancia.

Es importante sincerarse ante el conocimiento, sincerarse ante el Maestro.

Existen alumnos que tienen sus agendas más llenas que la agenda de la presidente. Viven organizando sus horarios, nunca tienen tiempo para nada. Es importante reconocer que muchas veces nos damos más importancia de la que realmente tenemos.

No somos imprescindibles, ni en el trabajo, ni en casa, ni en el club ni en una mesa de amigos. Nadie es imprescindible. Pero muchas veces vivimos como si lo fuéramos.

Decía uno de mis Maestros: " el cementerio está lleno de gente que se creía imprescindible ".

Vivamos, que eso es lo más importante. Utilicemos el tiempo para aprender y crecer, en lugar de perderlo en mantener una imagen que se cae cada noche.

MAESTRO AZHEL

HUEVOS DE CODORNIZ
ADQUIÉRALOS EN

ESCUELA YAMABUSHI



Alberdi 1510 - Muñiz
Peluffo 1450 - San Miguel

Corralón Sarmiento S.R.L.

VENTA DE MATERIALES DE CONSTRUCCIÓN

ALQUILER DE MÁQUINAS VIALES
OBRAS VIALES Y MOVIMIENTO DE TIERRA

Av. Sarmiento 2400 Tel. 4465-2070
1663 - San Miguel Pcia. Bs. As.

FARMACIA
PINTAR

OBRAS SOCIALES
RECETAS MAGISTRALES

Av. Sarmiento 2393
San Miguel - Tel. 4455-5502



Estudio de Danzas y Ballet

SE DICTAN CLASES DE:

TAP - DANZA CONTEMPORANEA - BALLET - ARABE - ESPAÑOL - JAZZ DANCE

Clases para Niños y Adultos todos los niveles

INICIACIÓN A LA DANZA

(nenas de 3 a 5 años)

CEL: 15.4915.4008

INFORMES: Peluffo 1468 (ex Fraga) - San Miguel TE: 4664.7182

Atención
Psicologica

en Peluffo 1450- San Miguel

1º entrevista s/cargo

Tel: 15-3103-4036

LIBRERIA MAXIKIOSCO
"LOS HERMANOS"

Golosinas - Galletitas - Despensa
Juguetes - Art. de Librería
Diarios - Revistas

4455 - 7038

Av. Sarmiento 2594 San Miguel

INSTRUCTORADO DE
TAI CHI CHUAN

-FORMAS ANTIGUAS-

INFORMES AL:

4664-1863

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

"KOPIONES"

IMPRESOS EN GRAL.

Fotocopias

Cuil - Negativa - Curriculum

Letonia 4365

Tel.: 4455-4091

LILIANA FONTELA

PSICÓLOGA GRAFOANALISTA

- Atención en Crisis de Pánico

- Tratamientos para el dolor

- "E.M.D.R"

CONSULTAS:

4668 - 2603



CENTRO INTEGRAL
DE COPIADO

FOTOCOPIAS - DUPLICACION
IMPRESIONES en SISTEMA OFFSET
COMPOSICION LASER - LIBRERIA COMERCIAL
FORMULARIOS del AUTOMOTOR

Av. Perón 608 - Muñiz - 4664-7741

LA ESCUELA YAMABUSHI LE OFRECE:

TERAPIA INDIVIDUAL - PSICOANÁLISIS

*atención de adicciones - familiares de adictos - violencia familiar
mujeres y hombres que aman demasiado - fobias - pánico - trastornos de la alimentación*

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

MAS INFORMACIÓN EN NUESTRA PÁGINA



ORGANICE SUS EVENTOS EN NUESTRA CASA

A una cuadra y media de la estación San Miguel tenemos nuestra casa de comidas.

Si usted tiene un evento: **cumpleaños, casamiento, comunión o cualquier reunión** que quiera compartir tranquilamente y con una excelente atención, comuníquese con nosotros.

Le preparamos la comida a pedido, puede ser naturista o tradicional, sólo díganos cuantas personas son y cual es el menú elegido y nosotros nos encargamos, el postre va por nuestra cuenta.

Será un privilegio que coman en nuestra casa.

Llámenos al 4664-1863 o 4664-9656 o acérquese a Peluffo 1450 (entre Charlone y Belgrano)

MASAJES TERAPÉUTICOS
ESCUELA YAMABUSHI

TECNICAS OCCIDENTALES: *MASAJE RELAJANTE - DESCONTRACTURANTE - MOXAS -*

MOVILIDAD ARTICULAR - ELONGACIÓN ASISTIDA

TECNICAS ORIENTALES: *DIGITOPUNTURA - THAIANDES - TUEI NA - SHIATZU - REFLEXOLOGIA -
SHIN KI DO (REIKI) -*

.....
AMBIENTE CLIMATIZADO - DISPONIBILIDAD HORARIA
.....

PELUFFO (EX FRAGA) 1450 (SAN MIGUEL) - SANTA FÉ 1425 (BELLA VISTA) - ALBERDI 1510 (MUÑIZ)

LUNES A SÁBADOS DE 08HS A 20 HS | CONSULTAS Y TURNOS: 4664.1863



HAGAKURE 6^{TO} CAPITULO - PREVISIÓN

El lenguaje militar emplea los términos de “samurai ilustrado” y de “samurai ignorante”. Un samurai que ha esperado tenerse que enfrentar con situaciones difíciles para aprender a salir de ellas no es ilustrado. Un samurai que se preocupa por adelantado de todas las situaciones y soluciones posibles, es sabio. Será por lo tanto capaz de hacerle frente con brillantez cuando la ocasión se presente. No importa lo que ocurra, un samurai ilustrado es aquel que se preocupa de los detalles de la acción, antes de la hora. Un samurai improvisador, en cambio, da la penosa impresión de arrastrarse en una gran confusión y su éxito sólo proviene de una suerte anormal. Sólo un samurai negligente no considera todas las eventualidades antes del momento de la acción.

No comparto la opinión de los que preconizan una autoridad estricta y constante.

Como dice el proverbio: “el pez no vive en el agua clara”. Son las algas las que le permiten desarrollarse plenamente hasta su madurez. Es cuando uno pasa de los detalles y no cuida de las quejas menores cuando es capaz de procurar la serenidad a los que nos

serven. La comprensión de este principio es esencial para el que quiera comprender el carácter y el comportamiento de los demás.

Cuando el señor mitsushige sólo era un niño, se le pidió leer un pasaje de un libro del monje kaion; llamó a los otros niños y a los acólitos para decirles: “os ruego que os acerquéis y escuchéis. Es muy difícil leer cuando no hay casi nadie que escuche”.

El monje quedó impresionado y dijo a los fieles: “es con este espíritu que hay que hacer todas las cosas”.

SHIGUE - IDIOMA Y CULTURA

idiomas: japones / ingles - danzas japonesas - yoga - taller de origami - furoshiki (arte de envoltorio con telas) - origata wrapping (arte de envoltorio con papel) - shodo (caligrafía japonesa) kitsuke (arte de vestir kimonos) - caricatura manga y comics - dibujo y pintura - decoración con globos

Fleming 1654 (e/ Fraga y Farias) S. Miguel - Facebook: Shigue
Tel.: 4664-9982 / 4664-7620 - Cel.: 15-3893-5738 / 15-6640-5824
Email: shigue114@gmail.com | Web: www.shigue.com.ar

Escuela Yamabushi

Escuela Yamabushi

“ABIERTA LA INSCRIPCIÓN AL CURSO DE **DIGITOPUNTURA NIVEL I** LOS INTERESADOS LLAMAR AL 4664-1863”

IMPORTANTE

A partir de los próximos meses, El Espejo Mágico saldrá solo online. Envíenos un mensaje a nuestra casilla pidiéndolo y automáticamente quedará registrado para que se lo enviemos mensualmente a su casilla personal.

Gracias.

LA IMPECABILIDAD DEL GUERRERO

Impecabilidad en sus **palabras**
Impecabilidad en sus **pensamientos**
Impecabilidad en sus **acciones**

¿Qué es la impecabilidad?

- No es la perfección
- No es santificación
- No es brutalidad
- No es rusticidad
- No es egoísmo
- No es soberbia
- No es ser mejor que otro

Es poner lo mejor que tenemos en cada acción

- Es ser meticulosos
- Es ser cuidadosos
- Es ser responsables
- Es ser sutiles

Impecable es el colibrí deteniéndose en el aire frente a la flor
Impecable es el tigre acechando a su presa
Impecable es el águila planeando en las alturas
Impecable es la puesta del sol
Impecable es una espada Samurai volviendo a su vaina
Impecable es la mirada del guerrero
Así también es su corazón

La impecabilidad no puede ser vista por cualquiera

GENBU “EL GUARDIÁN DEL NORTE”

PANADERÍA VEANCO

Av. Pte Sarmiento 2402

CELULAR: 15-3774-4116



Bella flora
Terapia Floral (Sistema Bach)

“El privilegio de la vida es ser quién uno es”.

Margarita Bourse (Mat.413)

4451-5344 / 15-5851-3669. En Zona Oeste y Cap. Fed.
bellafloramamar@hotmail.com

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; viernes y sábado de 19.30 a 23hs.**

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

¡VIERNES A LA NOCHE PIZZA LIBRE!

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

JARDIN DE ISE EN 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 - MILANESAS DE ADUKI - MILANESAS DE SEITAN

PAN INTEGRAL – FACTURAS INTEGRALES – ALFAJORES

PREPIZZAS INTEGRALES – PASTAFROLAS - GALLETITAS

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

Plomería, Pintura, Albañilería

DIEGO C.

TEL.: 5435.6329

CEL.: 15.4063.2860

CURSO DE COCINA NATURISTA

Escuela Yamabushi, sede **Peluffo 1450**, San Miguel.

Dos clases mensuales

Consultas: 4664-1863

SEDE MUÑIZ I	Alberdi 1510 (esq. M. Irigoyen) 46641863	
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	
Iai Do	Sábado 11/05: 9hs	
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 18/05: 10.30 hs	
Za Zen:	Sábado 04/05: 10hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 8, 10.30, 15 y 19 hs Miércoles: 17 hs Viernes: 16 y 18.30 hs	Martes: 10.30, 16 y 18.30 hs Jueves: 8, 10.30, 15 y 19 hs Sábados: 14.30 hs
WU SHU:	Sábado 18/05: 9.30 hs	Sábado 25/05: 9.30hs
SEDE FARIAS	Farias 711 (San Miguel) 46641863	
YOGA:	Martes: 17 hs Viernes: 10, 17 y 19 hs	Miércoles: 10 y 19 hs
SEDE BELLA VISTA	Santa Fe 1425 (casi Richieri) 46641863	
YOGA:	Lunes: 8.30 hs Miércoles: 8.30 hs Viernes: 8.30 y 19 hs	Martes: 8, 15.30 y 19 hs Jueves: 8.30 y 15.30 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves: 9.30 hs Martes y Viernes: 17 hs	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	
NINPO ZEN P/ NIÑOS:	Martes y Viernes: 18 hs	
SEDE MORON	Sucre 1199, Morón Sur 4627-1057 / 15-5405-2572	
NINPO ZEN:	Martes y Viernes: 19 hs	
TAI CHI CHUAN:	Martes y Viernes: 18hs	
Za Zen:	1 ^{er} martes de cada mes: 18hs	

INFORMACIÓN DE HOY

NINPO ZEN

Incorpore los valores que hicieron de los **Samurai** los únicos hombres del mundo para los cuales era más valiosa la palabra que la firma.

Incorpore códigos de **ética, responsabilidad y honor.**

Dote a su cuerpo y a su mente de la fortaleza necesaria para enfrentar la vida cotidiana con el equilibrio y la solvencia óptima para no dañar ni ser dañado.

Comprenda, desde la práctica, lo que realmente son las Artes Marciales, un camino de retorno a la **paz interior** encontrándose con su propio Espíritu y comprendiendo el mundo que nos rodea desde una óptica madura y con sabiduría.

INCORPORACIÓN ABIERTA - **PRIMERA CLASE LIBRE**

PERSONAS INTERESADAS DEBEN RESERVAR SU LUGAR ACERCÁNDOSE A ALBERDI 1510 – MUÑIZ
CUALQUIER SÁBADO DEL MES ENTRE LAS 8 Y LAS 18 HS.

LLAMAR AL 4664-1863 | WWW.ESCUELAYAMABUSHI.COM.AR

FERIA AMERICANA EN EL CORREDOR

*ropa usada – sahumeros – libros usados – productos de almacén integral – panadería integral
verdulería – cosas usadas en buen estado – bebidas comidas caseras (empanadas – pizza – paste-
litos – papas fritas) – bonsai – aromáticas – miel pura*

Horario: desde las 8 hasta las 18 hs.

Lugar: donde comienza el corredor aeróbico – a dos cuadras de la estación muñiz

Fechas: domingos 12 y 26 de Mayo.

HERRERIA

De Obra y Artística

15-3730-5353 - 691*1604 - Mariano

Orientación Vocacional y Profesional

MARIA CRISTINA - CEL.: 15.3589.8363

EMAIL: TOPMCAVILA@YAHOO.COM.AR





DIEZ ACTITUDES FUNDAMENTALES PARA EL CAMINANTE ESPIRITUAL

1. Eliminar el miedo, que impide la correcta actitud durante la acción.
2. Cultivar el silencio, que es el clima que debe mantenerse en el mundo interior.
3. Discernir la cantidad y la calidad de la propia carga, y desechar lo inútil.
4. No prometer nada a quien quiera que sea.
5. Poseer pocos objetos, sólo los necesarios.
6. Jamás vender la enseñanza; ella es para el bien común.
7. Disolver la astucia, que es sinónimo de defensa y cultivar la imaginación creativa, que es movimiento devocional.
8. Jamás esperar por recompensa.
9. Saber que la más alta experiencia es aquella que se refiere a sí mismo, la de la donación del propio espíritu en beneficio de la humanidad.
10. Tener el propio intelecto tan solo como un instrumento de raciocinio, y saber que el conocimiento directo reside en la sabiduría del yo superior, que es síntesis.

ALIMENTACIÓN DE LOS MONJES SHAOLÍN

Los hábitos dietéticos de los monjes Shaolin se han mantenido relativamente sin cambios durante cientos de años desde que la secta Shaolin se formó. Al igual que todos los aspectos de la vida monástica, esta dieta se centra en los ideales budistas del pacifismo, la pureza y la simplicidad. Es esencial recordar que la vida de un monje Shaolin está centrada en la espiritualidad y no en el atletismo o el placer. La dieta tradicional de los Shaolin consiste principalmente de arroz, verduras y frutas. El arroz ha sido un alimento básico en China durante siglos. El arroz puede ser hervido o al vapor. La harina de arroz se utiliza en la fabricación de fideos y otros platos a base de arroz, también son comunes. El arroz viene en muchas variedades, con diferentes texturas y propiedades nutricionales. Hortalizas comunes a China incluyen bok choy, col, taro y diversas variedades de frijoles. Mientras que la cocina china podría preparar estos alimentos de muchas maneras, los monjes budistas, como los del Templo de Shaolin, por lo general lo hacen al vapor, o simplemente comen verduras crudas. Las frutas como los plátanos, manzanas e higos, son comunes en China. Estos se pueden comer crudos o secos para el almacenamiento a largo plazo.

SEDE SAN MIGUEL I	El Maestro 2530 Barrio Sarmiento 4664-1863	
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 19 hs	
YOGA:	Miércoles: 9 y 17 hs	Viernes: 17 hs
	Sábados: 9 hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes y Jueves: 18 hs	
SEDE SAN MIGUEL II	Peluffo 1450 4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8.30, 14.30, 19 y 20 hs	Martes: 9, 10, 14, 16 y 19 hs
	Miércoles: 9, 18 y 20 hs	Jueves: 8.30, 14.30, 16, 19, 20 hs
	Viernes: 8, 9, 16, 18 y 19 hs	Sábados: 9 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 10 y 16 hs	Martes: 15 hs
	Miércoles: 10 y 19 hs	Jueves: 10 hs
	Viernes: 20 hs	
NINPO ZEN:	Lunes y Jueves: 14.30 hs	Miércoles y Viernes: 19.30 hs
Za Zen:	2 ^{do} martes de cada mes: 18hs	
Consultar por clases de: MUAY THAI, KYUDO, IAI DO, ZAZEN, INSTRUCTORADOS DE YOGA Y TAI CHI CHUAN AL 4664-1863.		
SEDE MUÑIZ II	D'elía 456 4664-1863	
YOGA:	Lunes: 8 hs	Martes: 9 hs
	Miércoles: 15.30 hs	Jueves: 8 hs
	Viernes: 10 y 15.30 hs	
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 17.30 hs	Martes: 8 y 20 hs
	Jueves: 9 hs	Viernes: 20 hs
ZA ZEN:	3 ^{er} martes de cada mes: 19hs	
SEDE V. DE MAYO	Pedro Ureña 2474 4664-1863	
YOGA:	Martes: 8 y 10 hs	Viernes: 8 hs
SEDE ITUZAINGÓ	Martin Rodriguez 3535 4664-1863	
YOGA:	Lunes: 14 hs	Jueves: 14 hs
TAI CHI CHUAN:	Lunes: 18 y 19 hs	Martes: 19hs
	Jueves: 18 y 19 hs	Viernes: 19 hs

COMO ALCALINIZAR NUESTRO ORGANISMO

Para alcalinizar nuestro organismo debemos utilizar el 85% de alimentos alcalinos y el 15% de alimentos ácidos.

He aquí una lista de alimentos alcalinizantes:

Todas las verduras de hoja. Diente de león, ajo, espárragos, berro, brócoli, repollitos de Bruselas, repollo, zanahorias, calabazas, zapallitos, coliflor, apio, acelga, pepino, berenjena, lechuga, hongos, hojas verdes picantes, (ej. Rúcula), cebollas y todas las hortalizas en general. Algas, en especial la spirulina, brotes de alfalfa. Todos los cereales integrales, el mas alcalinizante de todos: el mijo.

Entre las frutas tenemos:

Manzana, palta, banana, melón, cerezas, grosellas, dátiles, higos, uvas, lima, naranja, limón, durazno, pera, ananá, mandarina, sandía, todas las moras y demás.

Otros:

Polen, jugos de frutas frescas, te verde, té de hierbas, té de diente de león.

Endulzantes alcalinizantes: stevia, azúcar no refinada.

Proteínas alcalinizantes: almendras, castañas, tofu, semillas de calabaza, de girasol, de sésamo, la mayoría de las legumbres, hesitan, quinoa, amaranto, chia, seitan. Especies alcalinizantes: canela, curry, jengibre, mostaza, sal de mar, miso, todas las hierbas aromáticas.

Un modo muy efectivo de limpiar el cuerpo y alcalinizar la sangre es consumir un caldo alcalino durante las estaciones de otoño e invierno, se consume ½ hora antes de las comidas y se hace de este modo: en un litro de agua poner un trozo de calabaza, ½ zanahoria, algunas hojas de apio, 1 cebolla. Poner a hervir todo hasta que las verduras estén muy tiernas, agregar al final de la cocción ¼ de cucharadita de miso por persona y hervir 2 o 3 minutos mas. Si hace falta agregar

sal marina

Los alimentos acidificantes son:

Todos los que están procesados artificialmente, Eji.: en latas, tetrabik, bolsas, etc.

El azúcar blanca en todas sus formas, el café, todas las proteínas animales, aceites, harinas blancas, margarinas, grasas, el arroz blanco, huevos, alcohol, todos los lácteos, fiambres, embutidos.

Caramelos, golosinas, gaseosas, jugos de sobre, chocolates.

Alimentos recalentados, casi quemados, fritos de forma incorrecta, el aceite quemado.

Hay que tomar en cuenta que el agotamiento también es acidificante, por lo tanto, respetar las horas de descanso, alternando con actividad física.

El placer, la risa, la conversación, el saber disfrutar, el poder amar son también prácticas alcalinizantes y desintoxicantes.

Síntomas de acidosis:

Tristeza, hiper emotividad, tendencia a la depresión, nerviosismo, irritabilidad.

Dolores de cabeza, conjuntivitis, palidez.

Saliva ácida, encías inflamadas y sensibles, alta irritación de las amígdalas. Caries, sensibilidad de los dientes.

Acidez estomacal, gastritis, ulcera.

Inflamaciones intestinales.

Ardor en la vejiga.

Cálculos renales y biliares.

Frecuentes resfriados, sinusitis, bronquitis, anginas.

Hipertrofia de las amígdalas, alergias, micosis. Uñas quebradizas, calambres, lumbago, osteoporosis, fracturas, artrosis, artritis, hernia discal. Sabañones, extrema sensibilidad al frío.

GANADORES DEL TORNEO DE TIRO AL BLANCO CON ARCO Y SHURIKEN



FELICITACIONES A
MARCELA HERRERA Y
KO ASHIGARU

VIAJE A TANDIL

Días 20-21-22-23 de junio

Hospedaje en Hogar Don Bosco

Comidas naturistas, caminatas, ascensos, fogones, visita al centro de la ciudad

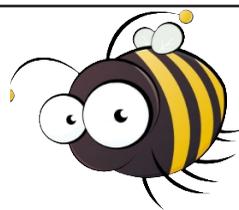
Interesados comunicarse al 4664-1863

SAHUMERIOS Y/O PLANTAS

JOSÉ LUIS

SIMPLES - DOBLES - EN PASTA
ARTESANALES

Al lado de Garbarino, por Balbin (ex Mitre)



ネオン
NEON

SERVICIO TECNICO - COMPUTACIÓN - JUEGOS

ACCESORIOS - ELECTRONICA

WWW.NEONVIRTUAL.COM.AR | CONTACTO@NEONVIRTUAL.COM.AR

PRA JUNTA 760 BIS - SAN MIGUEL -- CEL. 11.5432.8532 | NEXTEL / ID. 627*4185

FRASE DEL MES:

“SI NO VIVES PELIGROSAMENTE,
NO VIVES. LA VIDA SÓLO FLORECE
EN EL PELIGRO.

LA VIDA NUNCA FLORECE EN LA
SEGURIDAD.

CUANDO TODO ESTÁ YENDO A LA
PERFECCIÓN, FÍJATE, TE ESTÁS
MURIENDO Y NO PASA NADA.”

OSHO