



**“The Brain Wellness Club”**  
Neurociencia del Bienestar

# ¿CÓMO AFECTA LA PRÁCTICA DEL MINDFULNESS Y EL PILATES A NUESTRO CEREBRO? Taller y conferencia divulgativa



Viernes, 15 marzo 2024



Aula 9, Facultad de Psicología (US)



11:00 h - 13:00 h



“SISTRATOS NEUROBIOLÓGICOS DEL MINDFULNESS. EVIDENCIAS CIENTÍFICAS”

## DR. EMILIO DURÁN GRACÍA

Profesor Titular. Área de Psicobiología.  
Departamento Psicología Experimental (US). Miembro del Grupo de Investigación CTS1129: Neurociencia del Bienestar.



“CÓMO MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LA POBLACIÓN: CIENCIA, EXPERIENCIA Y VOCACIÓN”

## ISABEL RIZO FREJO

Directora e investigadora principal del Instituto Nacional del Método Pilates.



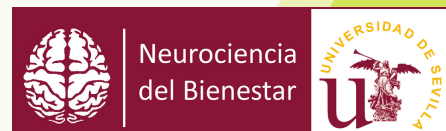
“PRESENCIA PLENA: CONSCIENCIA CORPORAL Y RESPIRATORIA”

## EUSEBIO PÉREZ INFANTES

Licenciado en Filosofía. Formador cualificado de la US en meditación y Yoga



+ Información  
@brainwellness\_us



Organiza: Grupo de investigación Neurociencia del Bienestar (CTS-1129)  
Colabora: Universidad de Sevilla. Vicerrectorado de investigación