

Derechos Reservados.

D.R. ©1974-2002

González De la Vega

Comitán, Chiapas

Tel y Fax: (9) 632 02 00

[Enlace al Boletín](#)

Publicación quincenal

Distribución gratuita.

Tiraje: 1,500 ejemplares

[Página Principal del Boletín](#)

Boletín
ImaginARTE
a Comitar



PAGINA 6

Publicación sobre el pasado, presente y futuro de Comitán y la Región Fronteriza de Chiapas

Año Cinco No. 115

2a Quincena de Marzo de 2006

González De la Vega

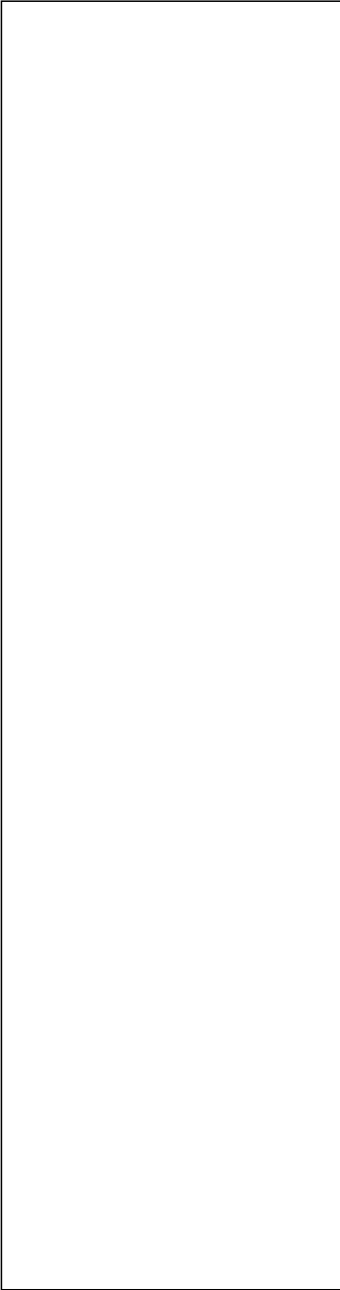


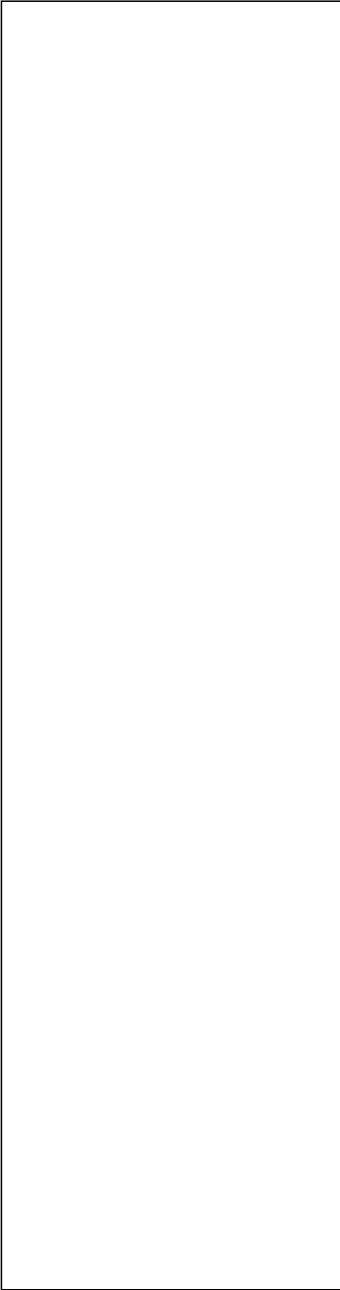
REFLEXIONES SOBRE EL ARTE

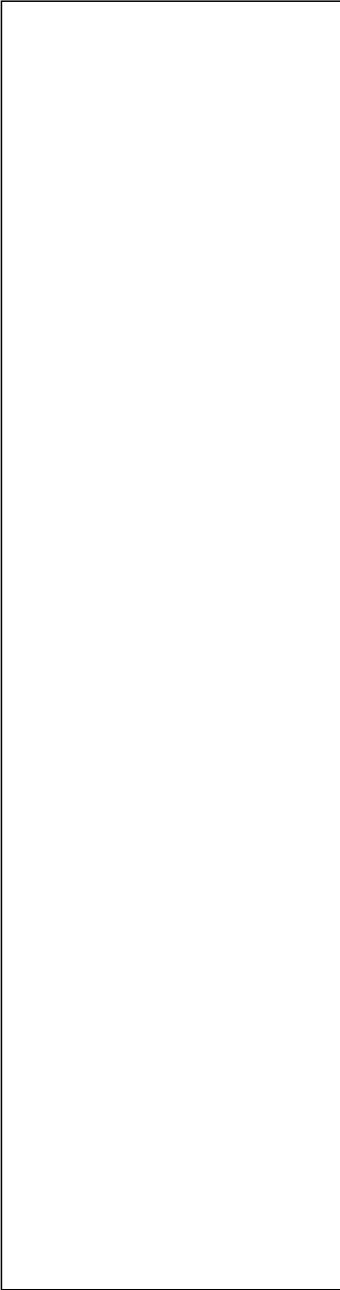
Derechos Reservados. Marzo de 2001

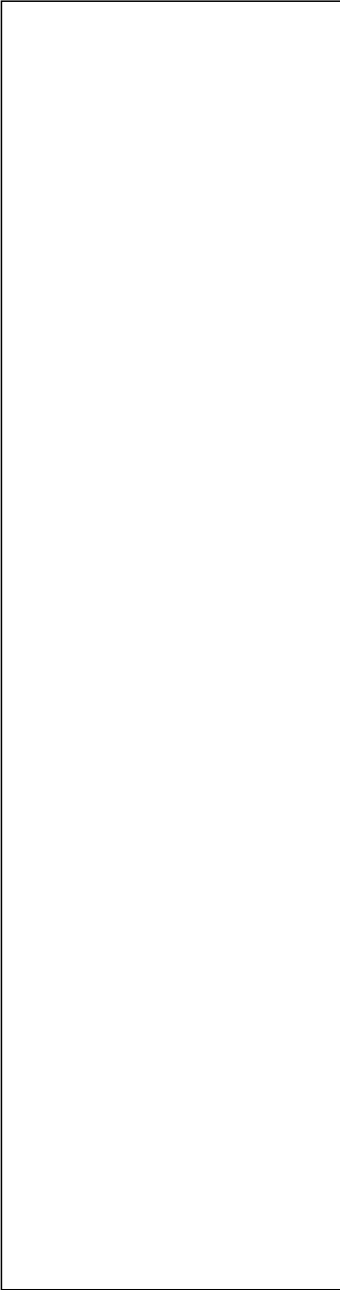
D.R. © Luis Aguilar Castañeda

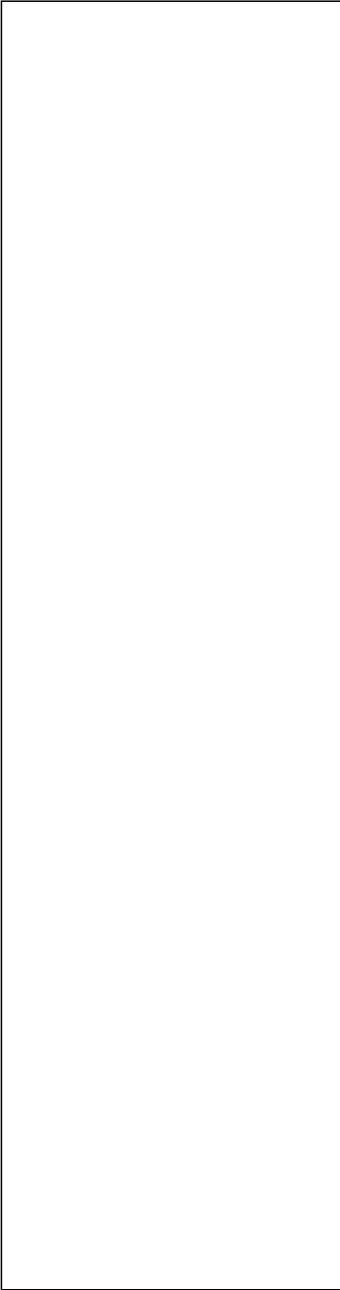
[*Regresar al Contenido*](#)











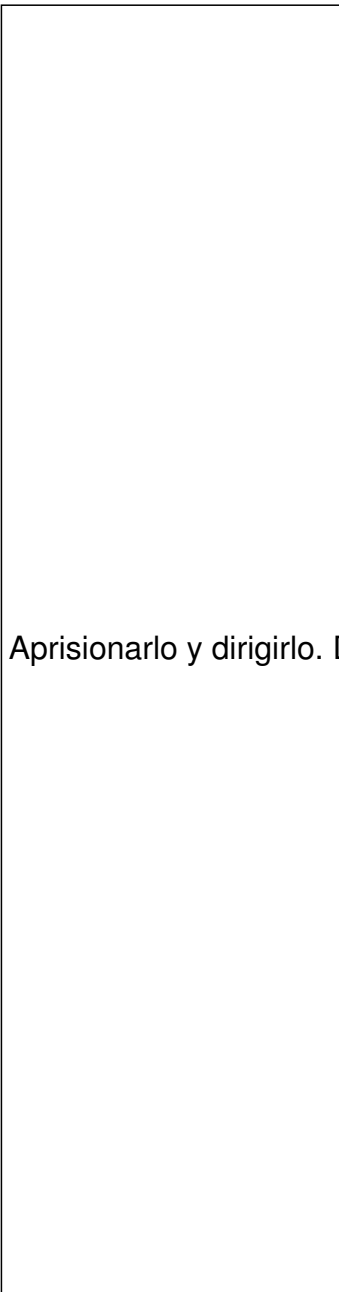
[*Regresar al Contenido*](#)



Te mando algunas reflexiones producto de mi experiencia en Comitán:

Para la estética, es fundamental la afirmación de la libertad de la obra de arte. Sabemos que el profesio

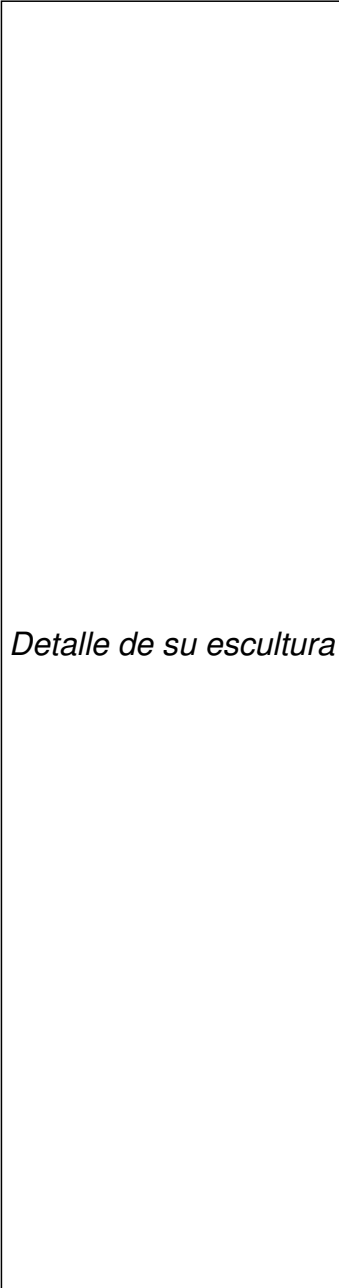
Pero la obra de arte no es sólo libre respecto a sus orígenes, lo es también respecto a sus fines. Creem



Aprisionarlo y dirigirlo. Desde el gobernante hasta el último crítico han creído llevar siempre en su bolsillo



Comitán, visto desde la perspectiva del escultor y arquitecto comiteco Luis Aguilar Castañeda...



Detalle de su escultura Un Día Marcado, en el Centro Histórico de nuestra ciudad



LA MEJOR FORMA DE ESTAR EN FORMA (4)

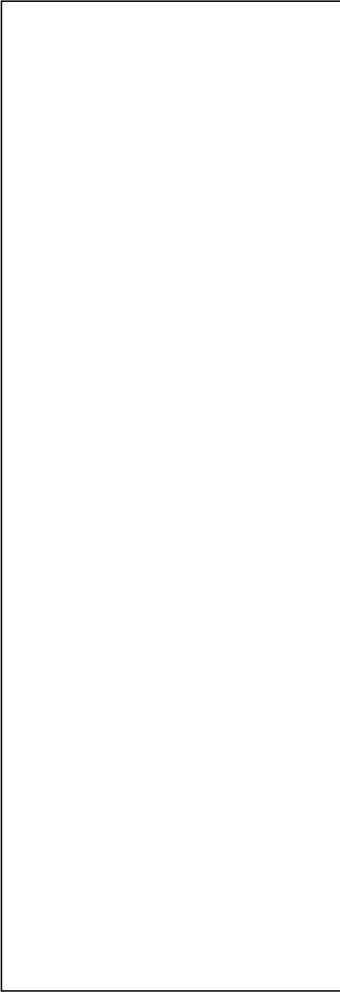


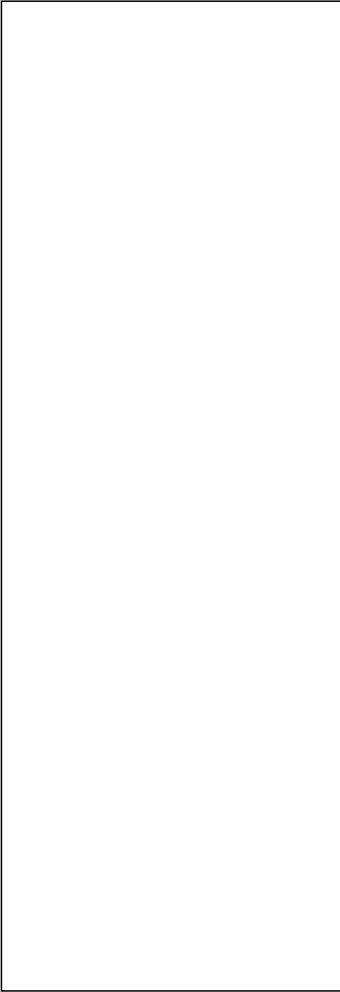
Derechos Reservados. Marzo de 2001.

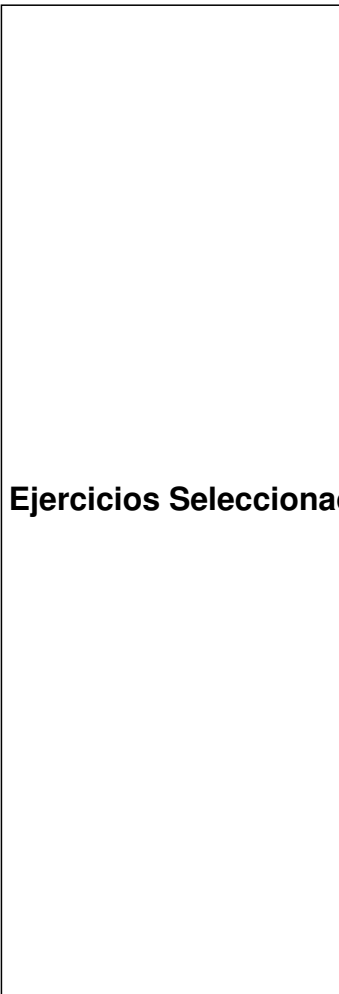


D.R. © Profr. Cuauhémoc Alcázar C. Consejero Deportivo

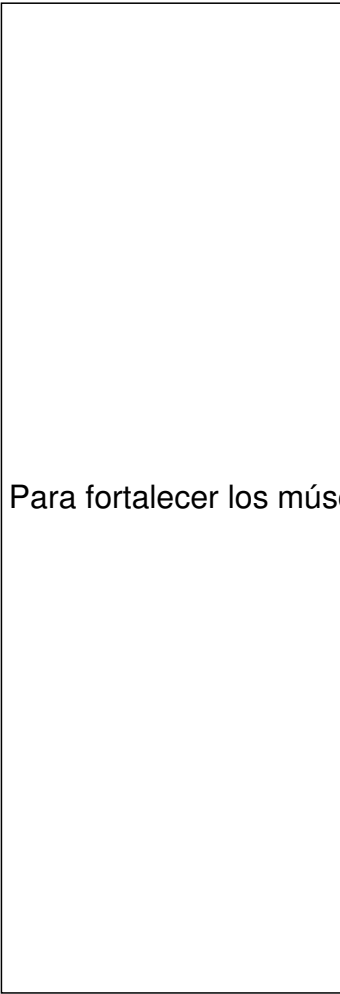
[*Regresar al Contenido*](#)



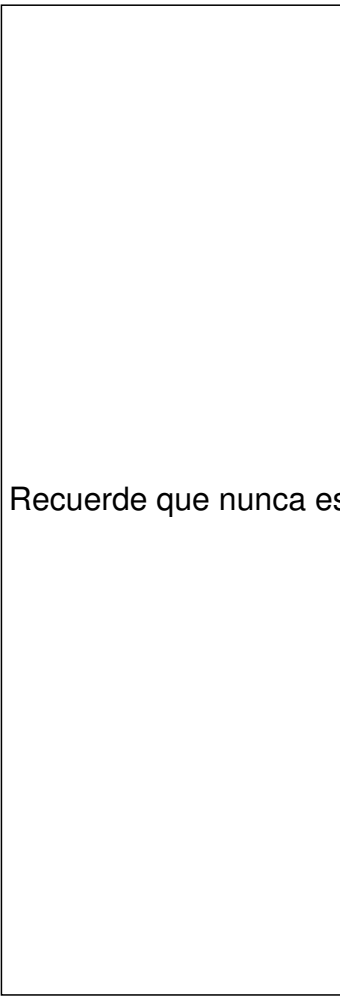




Ejercicios Seleccionados para nuestros lectores:



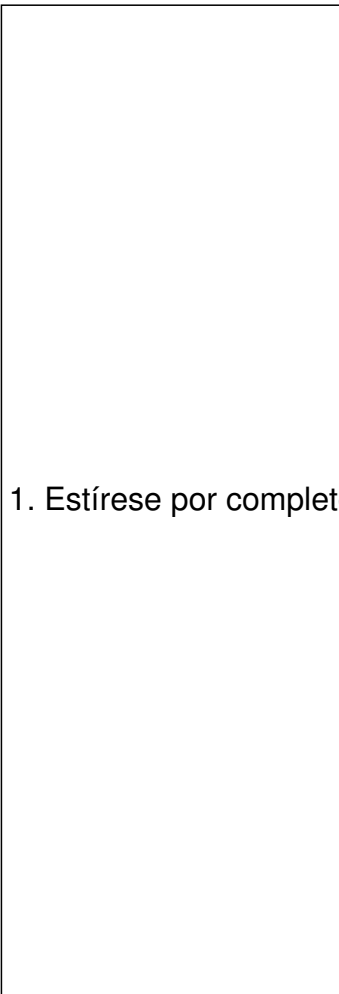
Para fortalecer los músculos abdominales, yo hago lo siguiente todas las mañanas: al levantarme y en a



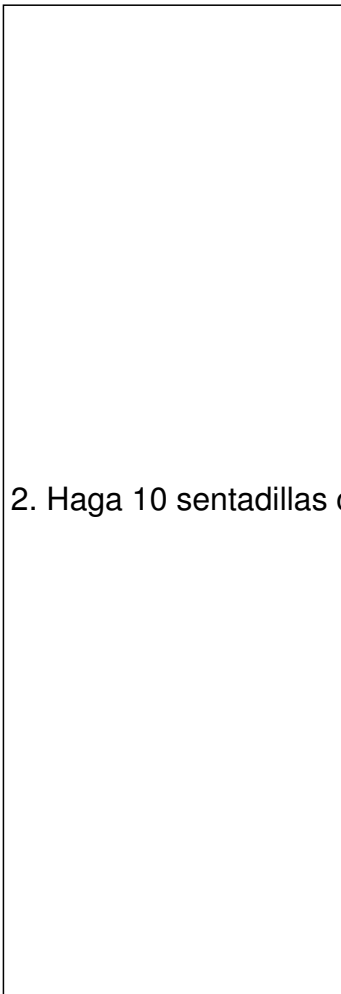
Recuerde que nunca es demasiado tarde para rehabilitar músculos decadentes.

--	--

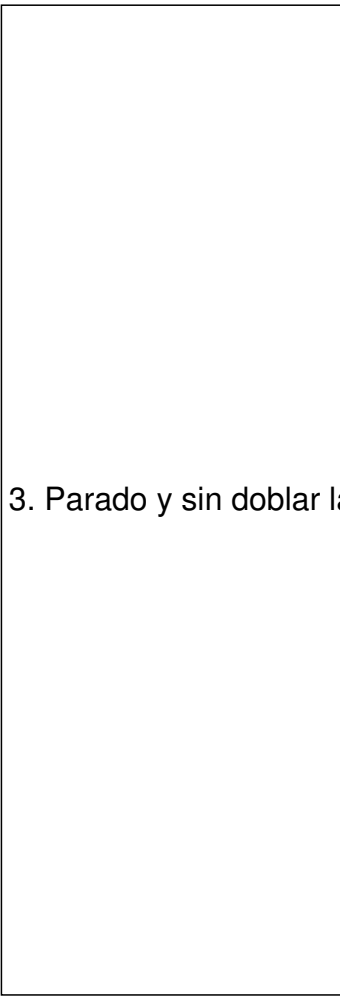
Los siguientes ejercicios seleccionados serán para 6 semana



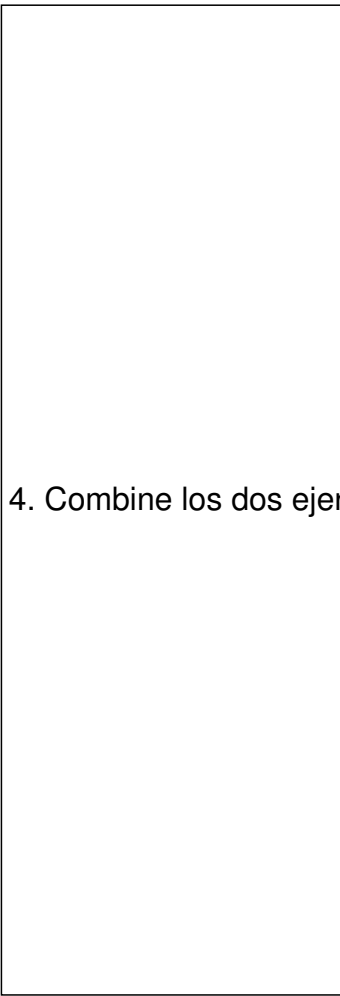
1. Estírese por completo como si fuera un gato.



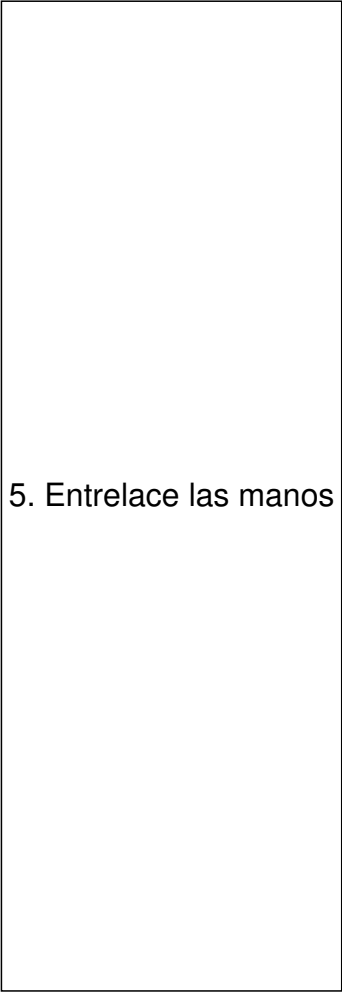
2. Haga 10 sentadillas con las manos al frente.



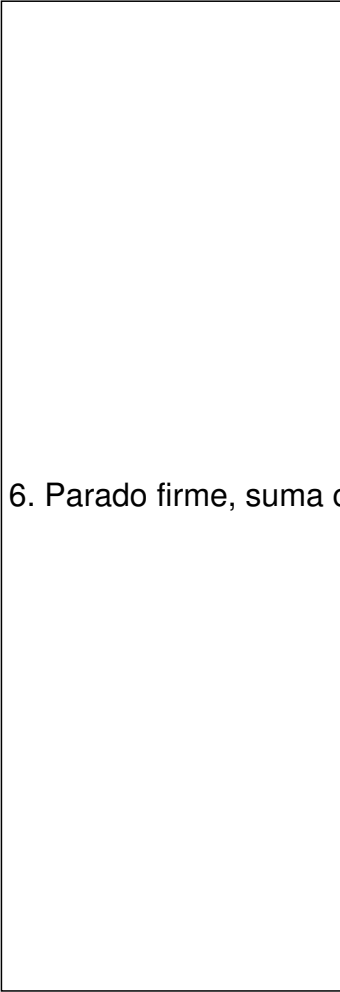
3. Parado y sin doblar las piernas toque la punta de sus pies también 10 veces.



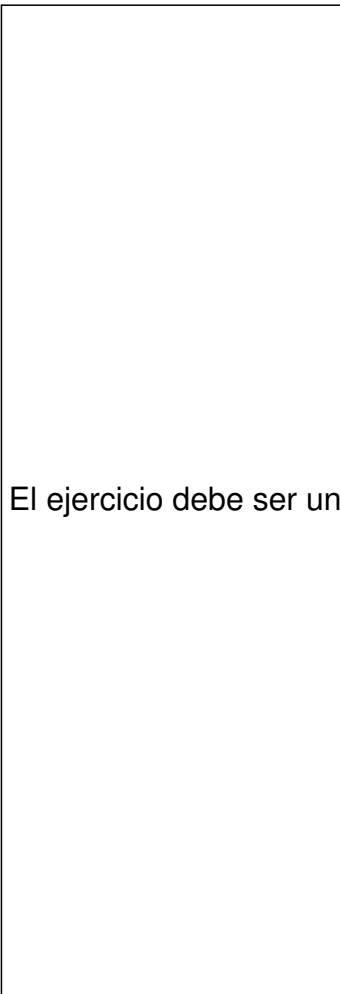
4. Combine los dos ejercicios; es decir, una sentadilla y una tocada de pies, también 10 veces.



5. Entrelace las manos y gire de lado a lado contando mentalmente hasta 100.

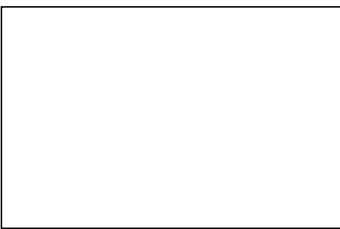


6. Parado firme, suma completamente el estómago y alcance los costados izquierdos y derecho contan



El ejercicio debe ser un esfuerzo que toda persona civilizada, hombre o mujer, haga voluntariamente; e

IluminARTE: Nuevos productos y servicios



[Regresar al Contenido](#)

A partir del mes de Abril... nuevos servicios y productos de ImaginARTE, para elaborar sus impresiones



¡Acérquese a nuestra recién remodelada oficina y compruebe que lo mejor... no le cuesta más!

[Regresar al Contenido](#)

