



Bienvenido



“Menos es más”

- Miles Van der Rohe

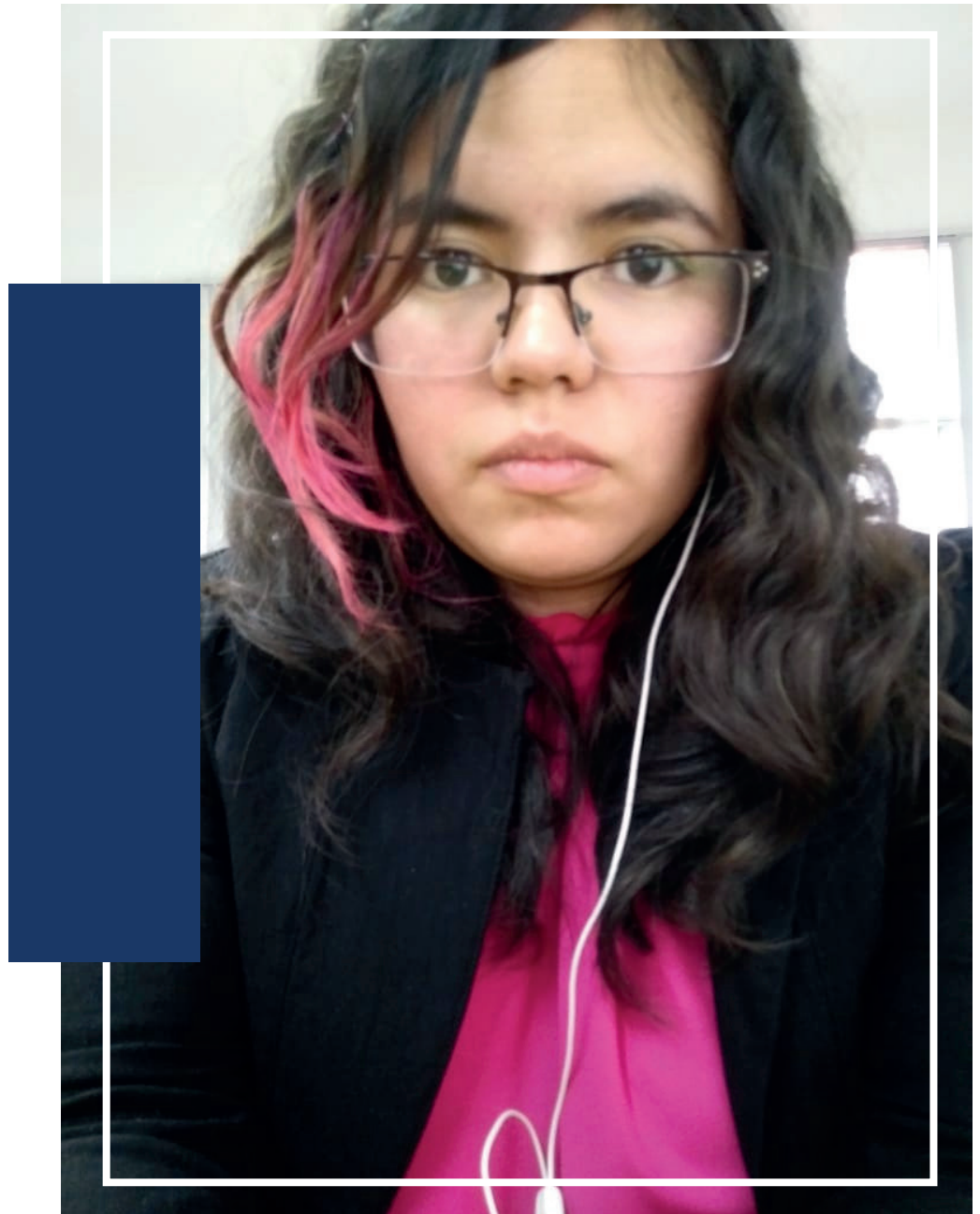
¿QUIÉN SOY?

Mi nombre es Claudia Sofia Salazar Reséndiz. Nací el 3 de septiembre de 1994, en CDMX.

Vivo en el Estado de México, en Ecatepec de Morelos.

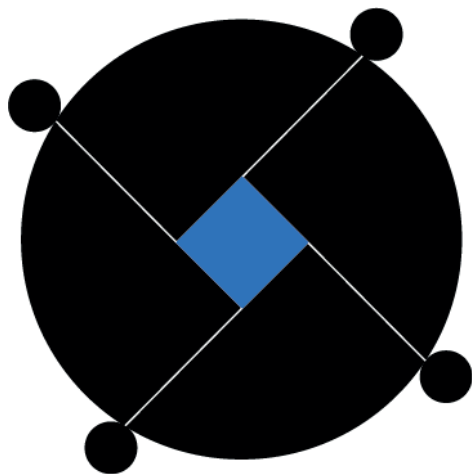
Estudié la carrera de Diseño y comunicación visual en la Universidad Justo Sierra.

Me dedico a realizar trabajos de diseño corporativo, comercial, manuales y en menor medida, ilustraciones, gifs, edición de videos y modelados en 3D.

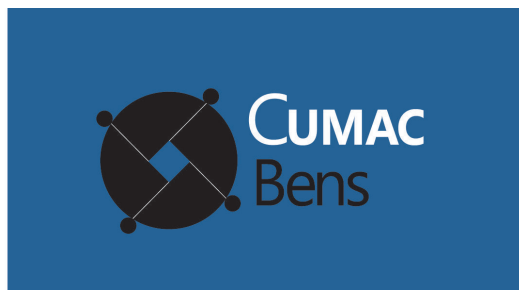




Un poco de
mi trabajo



Cumac Bens (2017)



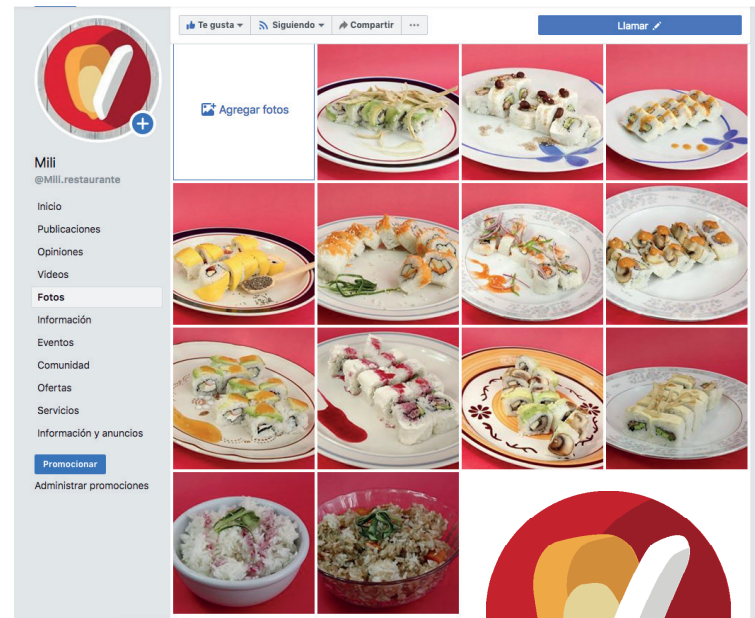
Cumac Bens es una firma que se pone la camisa del área de ventas y hacen todo lo necesario para vender tu producto o servicio a través de un modelo establecido, un proceso de ventas probado y equipo especializado enfocado únicamente en la actividad que debe realizar, para así incrementar la productividad.

Se realizó la imagen y manual corporativos, junto con la papelería.

Mili (2017)

Mili es una empresa de alimentos que fusiona la comida japonesa con la comida endémica mexicana, dando resultado a platillos innovadores que degustará el paladar.

Se realizó la imagen corporativa, la papelería, la toma de fotografías y el diseño del menú, también realizo contenido para redes sociales.



Centro de Bienestar y Salud Integral Sanatio Lotus (2018)

El mejor regalo para ti y tu familia en este

¡Vive Doterra!

Todos los bancos tienen **promociones**

Santander HSBC
BANORTE Citibanamex
DOVA Bancomer Banca Mifel

Pregunta por nuestros kits

Sesión Médica

Tema: **MI RETO: Bajar de peso**
Factores que impiden llegar a la meta y hábitos que te ayudan a lograrlo

Efraín Alexis Vera Rodríguez
Nutriólogo y Terapeuta en Medicina Complementaria nutricional y nutricional

Fecha: 24 de Noviembre
Lugar: Hotel del Prado
(Av. Marina Nacional 399, Col. Verónica Anzures.)

Registro: 9:30 am
Horario: 10 a 13 hrs

Socios: \$50
Entrada Libre

sanki
La Fuerza Inteligente

Sesión Médica

Tema: **Nutrición Regenerativa para el Cerebro**

Efraín Alexis Vera Rodríguez
Nutriólogo y Terapeuta en Medicina Complementaria

Fecha: 29 de Septiembre
Lugar: Hotel del Prado
(Av. Marina Nacional 399, Col. Verónica Anzures, C. P. 11300)

Registro: 9:30 am Pruebas de Microscanner
Horario: 10 a 13 hrs Entrada Libre

El Centro de Bienestar y Salud Integral Sanatio Lotus ofrece terapias, cursos, clases abiertas, capacitación y talleres de salud, de desarrollo personal y de espiritualidad.

Se realizó el rediseño de un cartel, diseño de flyers y edición de manuales de ejercicios, encargándose del trazado de los momentos clave, y se participó en la edición de un video introductorio.

RUTINA VIENTREPLANO

Ejercicio 1 SKIPPING
Duración: 60 segundos.

- Colocar los brazos sobre la cadera a la altura de la cadera.
- Brincar sobre el mismo lugar por 60 segundos, procurando que los rodillos toquen las caderas.
- Descansar de 30 segundos.

Ejercicio 2 LUNGE
Duración: 60 segundos.

- Levantar los rodillos a la altura de la cadera.
- Colocar la rodilla derecha sobre el rodillo y avanzar el pie.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Ejercicio 3 PLANCHA DINÁMICA
Duración: 60 segundos.

- Apoyar los codos sobre el piso, con las piernas estiradas y juntas.
- El cuerpo debe formar una línea recta.
- Desplazar los brazos hacia adelante y hacia atrás, procurando mantener el cuerpo en una línea recta.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Ejercicio 4 PLANK JACKS
Duración: 60 segundos.

- Colocarse sobre los antebrazos.
- Con la punta de los pies, saltar hacia afuera y juntar los pies por 20 segundos.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Ejercicio 5 CRUNCHES CRUZADOS
20 repeticiones.

- Levantar los brazos, una mano sobre la cabeza, y la otra mano sobre la cadera.
- Levantar la rodilla derecha hacia el pecho.
- Levantar la rodilla izquierda hacia el pecho.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Ejercicio 6 ELEVACIONES DE PIERNAS
20 repeticiones.

- Levantar la pierna derecha hacia el pecho.
- Levantar la pierna izquierda hacia el pecho.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Ejercicio 7 COMBO MOUNTAIN CLIMBERS
Duración: 60 segundos.

- Levantar los brazos, una mano sobre la cabeza, y la otra mano sobre la cadera.
- Levantar la rodilla derecha hacia el pecho.
- Levantar la rodilla izquierda hacia el pecho.
- Al sentir el estiramiento, descansar 30 segundos.

Milenio Diario (2018-2019)

Grupo Milenio es un periódico mexicano fundado en la ciudad de Monterrey, Nuevo León, como Diario de Monterrey y creado por Jesús Dionisio González el 22 de noviembre de 1974.

Se realizaron publrreportajes para la revista CHIC, diseño de publicidad para redes sociales, propuestas de materiales para suscripciones del diario, adaptación de materiales, edición de gifs, diseño de presentaciones ejecutivas y comerciales, modelado en 3D .



La piel es única y cambia día con día. Tu edad, el lugar donde vives y tus hábitos diarios, definen sus necesidades cambiantes.

Línea Concentré Total

Reinventa el futuro de tu piel

El Matate Imperial es una línea esencial que inspira las montañas de Japón, solo se produce una vez al año y bajo ciertas condiciones climáticas muy especiales, es conocido por sus extraordinarias propiedades anti-edad y regenerativas. La extracción de dichos componentes beneficiosos puede tardar hasta 3 años en laboratorios con tecnología de última generación, lo que lo convierte en el más puro elixir de belleza. La Adaptive Protein es nuestra máxima innovación tecnológica la cual actúa en dos pasos:

1. Identifica el estado de proteínas en el rostro. (Al estar desbalanceadas, se generan los signos de envejecimiento)
2. Reactiva y balancea estas proteínas, adaptándose siempre a nuevas necesidades.

La unión de estos dos elementos da como resultado una línea de belleza que aporta de forma inteligente 7 beneficios de forma especializada a las necesidades particulares de cada piel, mostrando un porcentaje de efectividad de hasta 100% en el beneficio que más se necesita.*

Concentré Total
Hidrata, Alisma, Alisa, Fortalece y Revitaliza en distintas presentaciones: Crema facial, crema para contorno de ojos, suero Concentré Ultra Firm para cuello y escote, Base de Maquillaje Líquida. Líbales en barra con forma de diamante, que se adapta a la forma de tus labios para cubrirlos con mayor definición.

Concentré Rostro	Concentré Ojos	Concentré Ultra Firm	Concentré Base de maquillaje
• Alisa, alisma, alisa, hidrata, ilumina y alisa. Fortalece y revitaliza. En la alta semana 100% piel con aspecto más joven*	• Alisa la piel del contorno de los ojos. • Mejora el parpado caído. • Reduce líneas de expresión y arrugas. • Alisa bólas y opaco. • Hidrata de forma inmediata y prolongada. • Con ácido hialurónico.	• Efecto tensor desde la primera aplicación. • Contorno del rostro más definido y enérgico. • Mayor firmeza en cuello y escote, con piel más lisa y uniforme.	• Alta cobertura. • Líbralgas. • Hidratación. • Elasticidad. • Menos arrugas. • Con extracto del árbol de vida japón.

Concentré Labial
10 beneficios: Hidratación, Alisa los labios, fortalece el contorno, Volumen, Alisma, Color intenso, Duración prolongada, Alta cobertura, Aplicación precisa, FPS 20.

*Resultados de prueba de auto percepción en una muestra de 100 mujeres entre 25 y 70 años de edad luego de 28 días de uso, realizado por Allergica

"EL COLOR DE MI TIERRA"

La colección de BIZARRO

que plasma los matices de México.

México se caracteriza por ser un país repleto de colores y tradiciones, además de ser alegre y hospitalario. Sin duda, llena de orgullo ser mexicano.

Se sabe que los colores de la Bandera tienen un significado: verde da esperanza, blanco de pureza y rojo de la sangre que fue derramada por nuestros héroes patrios.

Para enaltecer aún más los colores que simbolizan a México, joyeros BIZARRO, el experto en joyería, presenta la colección "El color de mi tierra", que combina la luminosidad y tonalidades que representan al país.

La línea está compuesta de aretes, anillos y dijes, que a través de piedras preciosas como las esmeraldas, los diamantes y los zafros, transmiten la belleza de México.

La armonía, paz y equilibrio del color verde de la esmeralda, evoca una representación y conexión con la naturaleza. Los diamantes acentúan la belleza de cada una de las piezas y los zafros personifican la alegría.

Una pieza va más allá de su valor económico cuando el significado que lo representa pesa más y cuando se porta con el corazón lleno de puro orgullo mexicano.

Acercas de JOYERÍAS BIZARRO

BIZARRO, el experto en joyería, nace en 1979 con un primer punto de venta ubicado en plaza Centro Histórico de la Ciudad de México frente al Zócalo. La organización se crea por centro mexicano, se Bizarro corporativa se vuelve en brindar una experiencia inolvidable a sus clientes a través del servicio y de los productos. En la actualidad cuenta con 185 sucursales en todo el país, además de su plataforma para compra en línea www.joyeriasbizarro.com. Desde hace más de 30 años se encuentra presente en los momentos inolvidables de sus clientes a través de piezas de gran calidad, que son el regalo perfecto para estar en cada hogar mexicano y perpetuar los momentos más importantes. Se esfuerza más dedicación en la producción y venta de amuletos de compromiso y anillos de matrimonio en México, hoy el nombre es BIZARRO, es sinónimo de buen gusto, vanguardia, elegancia y prestigio.

MILENIO
DIARIO • periodismo con carácter

Y VIVEROS
del VOLCAN
S.A. DE C.V.



Se ponen románticos
este **día del amor**
y la amistad y

te regalan
una rosa

Hasta agotar existencias. Una rosa por periódico. Aplica restricciones.

milenio.com  GRUPO MILENIO


TEQUILA
GRILLOS

Celebramos
la amistad
y la vida.




SUSCRÍBETE A
MILENIO
DIARIO • JALISCO periodismo con carácter

Y OBTÉN UN PASE DOBLE PARA LA CARRERA
THE COLOR RUN NIGHT
GUADALAJARA

Amway

📅 **Noviembre 24, 2018** ⌚ **9:00 pm** 📍 **La Gran Plaza Fashion Mall**

Llámanos al
01 800 200 6453 *Aceptamos tarjetas de crédito
suscripciones@milenio.com y meses sin intereses con
tarjetas participantes. 📞 **(55)1384 1010** 🌐 **Milenio Promociones**

*Aplican restricciones. Hasta agotar existencias. Los bancos que no aplican con MSI son: American Express y Santander. Llámanos al Centro de Contacto Único de Nombres a viernes de 8:00 a 20:00 horas y los fines de semana de 8:00 a 14:00 horas.

milenio.com  GRUPO MILENIO

 **GRUPO MILENIO**





SUSCRIPCIONES



CAMPANA 1



CAMPANA 2



BENEFICIOS



MERCADOTECNIA

¡Gracias por ver!

Contacto:
(55) 2800 3608
cssalres94@gmail.com