

L' Arte della Conoscenza: YOGA INTEGRALE

*incontri esperenziali di Meditazione,
Pranayama e Yogasana, dedicati ai cinque elementi*

*Domenica 18 dicembre ore 10.30
Pratica Yoga su elemento Terra – stabilità,
radicamento ed accettazione*

*Domenica 8 gennaio 2017 ore 10.30
Pratica Yoga su elemento Acqua-desiderio,
piacere, fantasia, creatività biologica.*

*Domenica 22 gennaio 2017 ore 10.30
Pratica Yoga su elemento Fuoco – volontà, energia.*

*Domenica 5 febbraio 2017 ore 10.30
Pratica Yoga su elemento Aria- amore universale,
apertura, collegamento, dono di sé.*

*Domenica 19 febbraio 2017 ore 10.30
Pratica Yoga su elemento Spazio – comunicazione,
creatività, conoscenza.*

T E R R A
A C Q U A
F U O C O
A R I A
S P A Z I O

*A cura di Manuela Calabrese
per info: 380 4625373*