

YOGA A CAMPODOLCINO (SO)
SATYA – LA VERITA', ESSERE SE STESSI

*“Quando viene raggiunta l’onestà, la verità,
i frutti delle azioni seguiranno la volontà dello yogi”*

(Patanjali Yoga sutra 2,36)

Venerdì 24 giugno (sera) -Domenica 26 giugno (primo pomeriggio)



TRE COSE NON POSSONO ESSERE
NASCOSTE A LUNGO: IL SOLE, LA
LUNA E LA VERITA'

Per il secondo anno di fila trascorreremo un fine settimana insieme, praticando Yoga e meditazione, nutrendoci delle energie del luogo e dell’ottima accoglienza dell’albergo “Ca’ de val”.

Organizzazione della giornata:

- Mattina: meditazione dinamica e pratica energizzante.
- Pomeriggio: piccola escursione e pratica all’aperto.
- Sera: pratica yoga rilassante e meditativa.

Alla fine della pratica ci sarà un momento di condivisione.

Prenotazioni entro il 26 maggio 2016.

Per informazioni:

Gabriella Monti: 3348742176 cordelibere@yahoo.it

Tiziana Brignoli: 3358377293 viniyogat@gmail.com