



ATMAN

La luce dell'Anima
Associazione per lo studio del raja yoga
e dell'esoterismo.

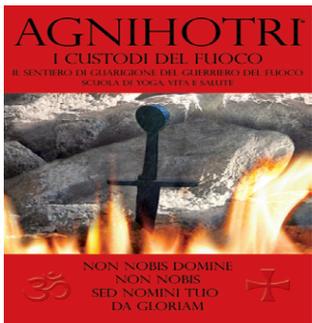


CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE

La salute attraverso lo yoga

In 12 lezioni
trattiamo i seguenti argomenti

- Rilassare il corpo e conoscere il respiro
- Osservare e comprendere il pensiero
- Imparare a concentrarsi sviluppando la mente
- Fondamenti della meditazione
- La meditazione e il colore
- La meditazione e il suono
- La meditazione e la forma
- La meditazione e l'anima, conoscere la parte migliore di sé



Questo corso è parte di Agnihotri, la scuola che ti aiuta a trovare il tuo equilibrio interiore, che ti guida sul Sentiero della conoscenza e che ti fa riconoscere il tuo posto nel mondo. Quattro livelli di apprendimento per trovare risposta alla tua sete di conoscenza e al tuo bisogno di salute ed armonia. Vieni a conoscerci.

per conoscere tutte le nostre attività
consulta la sezione del portale
www.yogavitaesalute.it “Agnihotri la Scuola”

BRAIDA (MO)

Presso: Parco Amico - Via Caduti Senza Croce 1

Presentazione: 17 settembre 2015

dalle 19,15 alle 20,15



Iscrizioni sempre aperte

Per informazioni: **Lucia Togni**

Tel. 333-3514492 - luciatogni@virgilio.it