



YOGA

NUOVA CASA DELLE ASSOCIAZIONI
Via Pomi, 3 Zelarino Venezia

CORSO DI YOGA

Lunedì dalle ore 18.00 alle ore 20.00 da Lunedì 1 Ottobre 2012

I corsi propongono la conoscenza e l'esperienza integrata delle principali pratiche del Metodo Satyananda Yoga

CORSO DI YOGA TEMATICO

Giovedì dalle ore 20.00 alle ore 22.00 da Giovedì 4 Ottobre 2012

Il corso è annuale e dedica spazio e attenzione specifica alle Asana, (esercizi del corpo) Pranayama, (tecniche di respirazione) Yoga Nidra, (Rilassamento profondo) Trataka, Mudra e Bandha. (Tecniche di meditazione) Le pratiche vengono affrontate negli aspetti teorici e pratici. Ai partecipanti viene fornita la preparazione per la pratica regolare.

L'insegnante diplomata presso la Scuola di Yoga Satyananda Ashram Italia, segue regolari corsi di aggiornamento:

E' POSSIBILE FREQUENTARE UNA LEZIONE DI PROVA SENZA IMPEGNO

ALTRI CORSI DI YOGA:

Sala Rotonda Quartiere Pertini Via Gagliardi Mestre Venezia

Lunedì dalle ore 17.15 alle ore 19.15: Insegnante Marisa Mainardi

Martedì dalle ore 10.15 alle ore 11.45: Insegnante Diana Rossato

Centro Città Aperta Via Col Moschin (laterale via Piave), 20 Mestre Venezia

Giovedì dalle ore 17.30 alle ore 19.30: Insegnante: Marisa Mainardi

Associazione Bhramari Centro Yoga Satyananda Venezia - Affiliata a Scuola di Yoga Satyananda
Ashram Italia

www.satyanandaitalia.net

SI RINGRAZIA LA MUNICIPALITA' CHIRIGNAGO ZELARINO