

CHIASSO
c/o Spazio Danza – Via Bossi, 29

Corso Pratico Di Meditazione

La salute attraverso lo yoga:

Come migliorare la propria salute e comprendere meglio se stessi attraverso la meditazione. Un corso semplice alla portata di tutti che al tempo stesso non trascura nessuno degli aspetti rilevanti per una corretta pratica della meditazione e che fornisce gli strumenti necessari per la pratica individuale

Ogni Lunedì dalle 14:00 alle 15:00

Presentazione Lunedì 21 novembre 2011 ore 14:00

CORSO DI RAJA YOGA

Il **Raja Yoga** è quella scienza dell'essere che consente di dissipare il dolore e l'ignoranza e ha come finalità il perfezionamento dell'uomo nel suo complesso.

Ogni Venerdì dalle 20:30 alle 22:00

Presentazione Venerdì 25 novembre 2011 ore 20:30

MENDRISIO: incontri individuali

Sedute di Analisi e Riequilibrio dei Chakra

Nel corso delle sedute individuali, attraverso l'ascolto, delle proprie problematiche per poterle analizzare e trasformare, equilibrando il Chakra dove risiede la difficoltà.

Per info: **Chiara Rossi - cell. 079 900 36 30**
oppure **334 240 92 20** - email: rossikia@yahoo.it

www.associazioneatman.biz
in collaborazione con:
www.ildiscepolo.it - www.scuolaenergheia.it

La partecipazione è possibile in qualsiasi momento.