



“Lo YOGA è abilità nell'azione.”

Bhagavadgita

“Yoga è realizzare la propria vera natura,
nella piena consapevolezza di *essere UNO* con l'Universo.”

SEMINARIO RESIDENZIALE

Dal 7 all'10 Settembre 2017

Presso Villa Salta – Predappio Alta – Forlì
Iscrizione entro
Venerdì 12 maggio 2017

Lo yoga ci insegna l'abilità nell'azione attraverso la qualità della *presenza*, da cui nasce ogni gesto. Il corpo e il suo gesto esprimono il nostro pensiero.

Come viviamo le nostre relazioni nel quotidiano?

Come può lo yoga aiutarci a vivere relazioni equilibrate e armoniose?

La Bhagavadgita ci mostra la via dello yoga integrata nell'azione.

In questo seminario exploreremo alcuni principi fondamentali attraverso sessioni di teoria e pratica. In particolare studieremo come i diversi commenti ci offrono sguardi focalizzati e complementari, su uno dei testi più importanti dell'India.

Per informazioni THYMOS CENTRO YOGA

www.yogathymos.it **3356628016** info@yogathymos.it

STRUTTURA DELLA GIORNATA

Arrivo giovedì ore 16:00

Partenza domenica dopo pranzo

Ore 6.45 – 7.45	Pranayama
Ore 8.00	Colazione
Ore 10.30 – 12.00	Pratica del mattino
Ore 12.30	Pranzo
Ore 15.00 – 16.30	domande e risposte
Ore 17.00 – 18.15	yoga nidra
Ore 18.15 – 19.30	pratica della sera
Ore 20.00	Cena

Costi

Seminario: 150

Soggiorno: 165 a persona in camera doppia o tripla /195 per camera singola

NB: al momento dell'iscrizione specificare la scelta della stanza ed eventuali esigenze alimentari o dietetiche – LA CUCINA SARA' VEGETARIANA.

ACCONTO 150 EURO ENTRO venerdì 12 maggio,

SALDO PRESSO VILLA SALTA PER IL SOGGIORNO IN CONTANTI

IBAN IT61 V063 8536 6801 0000 0001 170

“Su di un poggio,
in un'isola verde di querce secolari, tigli
e prati profumati,
sorge l'antica Villa Salta...”

www.villasalta.it



www.yogathymos.it [3356628016](tel:3356628016) info@yogathymos.it