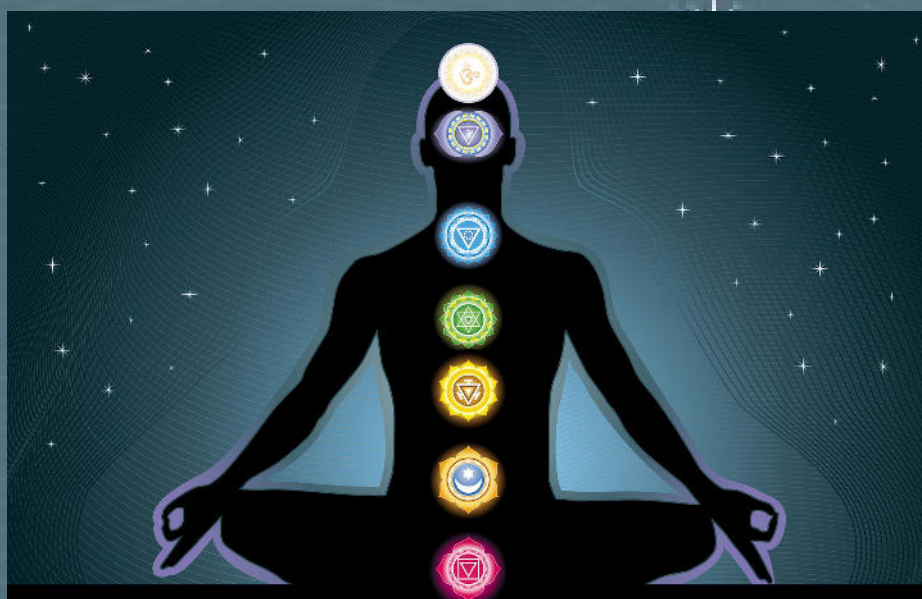


Domenica dalle 19.40 alle 20.40



MEDITAZIONE SUI CHAKRA

Il termine chakra deriva dal sanscrito e significa ruota o disco.

I 7 chakra maggiori potrebbero essere intesi come vortici metafisici di energia, che simboleggiano il collegamento tra la sfera fisica e quella spirituale e che coincidono con il sistema endocrino.

L'equilibrio di questi centri di energia corrisponde all'equilibrio totale della persona (fisico, mentale, emotivo e spirituale), che può essere stimolato con l'utilizzo di specifiche vibrazioni sonore.

E' questo che la meditazione sui chakra si propone di fare, in maniera semplice, ma profondamente efficace.

CALENDARIO 2018-2019

23 Settembre	10 Febbraio
14 Ottobre	10 Marzo
11 Novembre	7 Aprile
16 Dicembre	12 Maggio
13 Gennaio	23 Giugno

Partecipazione senza obbligo di continuità.

Singolo incontro:
€ 10 soci - € 12 non soci.

Massima puntualità, non si può entrare a pratica iniziata.

Prenotazione obbligatoria

CENTRO INTEGRAL YOGA SHANTI

Via Morosini, 16 Milano - www.integralyoga.it

Fb - info@integralyoga.it - tel. 02 55016558 - cell. 328 9206721

