



Corso teorico /pratico

**RAJA YOGA**

IL CAMMINO VERSO  
LA CONSAPEVOLEZZA

approfondimento



CENTRO INTEGRAL YOGA SHANTI

Via Morosini, 16 Milano - tel. 02 55016558 cell. 328 9206721

[www.integralyoga.it](http://www.integralyoga.it) [info@integralyoga.it](mailto:info@integralyoga.it)

# RAJA YOGA



## IL CAMMINO VERSO LA CONSAPEVOLEZZA

Osservare la mente - Controllare i sensi

### Corso di approfondimento 5 incontri teorico/pratici

Martedì

9 - 16 - 23 - 30 maggio e 6 giugno  
dalle 20:15 alle 21:30

DEDICATO A TUTTI COLORO CHE HANNO GIÀ SVOLTO  
IL CORSO BASE, ANCHE NEGLI ANNI PRECEDENTI.

Con questo corso si affinano gli strumenti  
personali per proseguire la pratica di Svadhyaya\*:  
conoscere e migliorare se stessi attraverso  
**lo studio e l'applicazione degli insegnamenti**  
dei Maestri dello Yoga.

**\*dal sanscrito 'sva' se stesso e 'adhyaya' studio/educazione.**

IL CORSO È TENUTO DA PAOLA FAINI, INSEGNANTE E FORMATRICE .

**Contributo di partecipazione € 50 soci - € 55 non soci.**

Attività professionale disciplinata ai sensi della L. 14 gennaio 2013, n.4 (G.U. n.22 del 26.01.2013)



CENTRO INTEGRAL YOGA SHANTI

Via Morosini, 16 Milano - tel. 02 55016558 cell. 328 9206721  
www.integralyoga.it info@integralyoga.it