



Swami Asokananda,

monaco dal 1973, è uno degli insegnanti e formatori Integral Yoga più importanti. Noto per il suo calore, intelligenza e buon umore, ama condividere tutto ciò che ha appreso dalla saggezza del suo Maestro –Sri Swami Satchidananda, dai precetti della filosofia yoga e dalla sua pratica personale di Hatha Yoga.

Presidente del Satchidananda Ashram, Yogaville -Virginia- per molti anni, attualmente dell'Istituto Integral Yoga di New York.



Integral Yoga

SWAMI ASOKANANDA

Masterclass aperta a tutti

Giovedì 2 maggio 2019 - h.18.30/20.00

Livello di pratica: intermedio/avanzato.

Prenotazione obbligatoria anche per i soci. Contributo di partecipazione € 18.

Workshop per insegnanti

Venerdì 3 maggio 2019 - h. 19.00/21.30

CONDURRE LA MEDITAZIONE

Incoraggiare gli allievi e guidarli nel silenzio interiore, affrontare le loro difficoltà.

Domenica 5 maggio 2019 - h.16.00/18.30

BHAKTY YOGA

Cos'è e come inserirlo nella pratica Hatha Yoga, a seguire celebrazione della Puja (rituale simbolico di purificazione)

Necessaria la prenotazione - Contributo minimo € 10 per incontro.

I workshop si svolgeranno nell'ambito dell'attuale Corso di Formazione Insegnanti, le sessioni descritte sono aperte agli insegnanti yoga di ogni tradizione.

Le ore (2,30 a incontro) saranno certificate come ore di post-formazione.