



Yoga Alliance
Integrating. Elevating. Connecting.

soloyoga

a.s.d.s.

www.soloyoga.eu

DALLA TERRA ALLO SPAZIO

gli elementi cosmici e il loro simbolismo

Incontri condotti da **Marilia Albanese**

Fondamentali nell'ambito culturale indiano, i cinque elementi cosmici s'innestano in un affascinante e ricchissimo contesto simbolico, che offre numerosi strumenti per una migliore conoscenza e gestione del proprio mondo interiore. Gli incontri, condotti con l'ausilio d'immagini e filmati, alternano momenti discorsivi e semplici esperienze pratiche

SABATO 29 /10/2011: **La terra: radicamento e umiltà**

SABATO 3 /12/2011: **L'acqua: purezza e movimento**

DOMENICA 15 /1/2012: **Il fuoco: custodire il tapas**

DOMENICA 25 /3/2012: **L'aria e lo spazio: leggerezza ed espansione**

TUTTI GLI INCONTRI AVRANNO LUOGO ALLE 14,30
NELLA PALESTRA PICCOLA DELLA SCUOLA
DI VIA CAVALCANTI A SAN GIULIANO MILANESE

Quota di partecipazione

€ 75+ 25 tessera associazione.

Per i nuovi soci

maglietta e borsina SOLOYOGA in omaggio.

Per info e prenotazioni contattare

info@soloyoga.eu