

Seminario con pensión completa.

Desde el atardecer del viernes hasta después de la comida del domingo. En habitación individual.

Precio total 160 €.

Forma de pago: ingreso en c/c nº ES16 3035 0063 83 0630049721 de Caja Laboral, a nombre de Yoga Maitri.

Transporte.

Posibilidad de acudir en grupos.

Organiza.

Estudio Yoga Maitri. Donostia.

Miembro de la A.E.Y.

(Alianza Europea de Yoga).

Información e inscripciones:

Tlf: **687635726**

E-mail: info@yogamaitri.com

Web: www.yogamaitri.com



Arantzazu, kontenplazio,
elkartze eta bakerako tokia

SALUD ECOLOGÍA PAZ



10, 11 y 12 Junio 2022
Arantzazu - Oñati

En Arantzazu, en plena naturaleza, queremos mostrar nuestro compromiso con la Salud, la Ecología y la Paz, más que nunca.

Es urgente afrontar estos tres aspectos de manera decidida y global.

En este encuentro de Yoga, realizaremos prácticas indicadas para: un corazón, pulmones y aparato digestivo sanos, espalda vigorosa, el estrés, disfrutar de nuestros sentidos, conectar con los 4 elementos de la naturaleza, potenciar los valores humanos y la conciencia de unidad.

Sesiones cortas, con orientaciones precisas, en interior y al aire libre, acogiendo sugerencias, apostando por la VIDA.



Respira
Y
Sonríe

- Traer ropa cómoda, esterilla y/o manta para la práctica.
- Dirigido a cualquier persona interesada.



ANIMA ZAITEZI!

PROGRAMA

Viernes 10 de Junio

18,00 Recepción

19,30 Presentación

20,30 Cena

22,00 Meditación

Sábado 11 de Junio

08,00 Práctica matinal

09,00 Desayuno

11,00 a 13,15 Talleres

13,30 Comida

16,30 a 18,45 Talleres

20,30 Cena

22,00 Meditación

Domingo 12 de Junio

08,00 Práctica matinal

09,00 Desayuno

11,00 a 13,15 Talleres

13,30 Comida