

Incontri teorico-pratici con Gianfranco Bertagni

30 settembre 2018
3 febbraio 2019
12 maggio 2019

Un viaggio tra filosofia e meditazione, teoria del corpo e pratica per entrare nell'intimità più radicale del nostro sentire.

Indagando sapienze antiche e saggezze moderne rintracceremo una verità del corpo inteso come luogo immenso di ascolto del nostro essere.

Un percorso tra filosofia moderna e tantrismo antico, tra psicologia e spiritualità contemporanea.

Un percorso dalla teoria alla pratica, in cui si alterneranno momenti di incontro con le visioni di quegli autori e dottrine che hanno posto il corpo al loro centro e momenti di pratica meditativa.

Shanti Marga ospita il GRUPPO ANANDA TORINO

Pratiche e meditazioni secondo l'insegnamento di Yogananda Paramahansa.

Per maggiori informazioni:
348.8733092
349.2930272
info@anandatorino.it
www.anandatorino.it



CENTRO YOGA SHANTI MARGA

A.P.S. affiliata ad A.I.C.S.

17 settembre 2018
27 giugno 2019

«La libertà di vivere sulla Terra in pace è un desiderio dell'umanità.

La pace verrà,
universalmente,
quando ognuno sarà
in pace con se stesso»

(Mahavatar Babaji)

Via Assarotti, 9
10122 - Torino
tel. 011-534861
info@shantimarga.it
www.shantimarga.it

Sala Surya

Lunedì - Mercoledì

11,15 - 12,15 Ulrica
13,00 - 14,00 Ulrica
16,30 - 17,30 Ulrica

Lunedì

18,00 - 19,00 Ulrica
19,30 - 20,30 Nicoletta

Martedì

10,00 - 11,00 M. Stella
18,00 - 19,00 Donato (principianti)
19,30 - 20,30 Donato
21,00 - 22,00 Andrea

Giovedì

08,30 - 09,30 Cinzia (esp. triennale)
10,00 - 11,00 Cinzia
18,00 - 19,00 Donato
19,30 - 20,30 Donato

Sala Chandra

Martedì

17,45 - 18,45 Paola
19,15 - 20,45 Piero

Mercoledì

10,00 - 11,00 Eleonora

Meditazione del mattino

Una volta al mese,
dalle 7,00 alle 7,45
nei giorni di Luna Piena
secondo l'iniziativa di
Swami Veda Bharati

Martedì 25 Settembre
Giovedì 25 Ottobre
Venerdì 23 Novembre
Domenica 23 Dicembre
(conduce Cinzia)

Sadhana

Approfondimenti e laboratori

Dal profondo del cuore

Anahata - Aprire il cuore alle
profondità di sé
Sabato 27 Ottobre ore 10,00 - 12,00
(conduce Donato)

Dal campo base...

Pavimento pelvico e Chakra della Radice
Sabato 17 Novembre ore 10,00 - 12,00
(conduce Cinzia)

...alla vetta

Contatto celeste e Chakra della Corona
Sabato 9 Marzo 2019 ore 10,00 - 12,00
(conduce Cinzia)

Manipura, il Gioiello di fuoco

Sabato 13 Aprile ore 10,00 - 12,00
(conduce Paola)

Yoga individuale

*Per coloro che ne sentono la necessità,
vengono proposte lezioni personalizzate
ed individuali di YogaTerapia per
riequilibrare le funzioni di
corpo, mente e spirito.
Inoltre continuano ad essere previste
lezioni individuali di Hatha Yoga.*