



¡BIENVENIDOS!

SEMINARIO DE VERANO

21 y 22 DE JULIO EN

"CAN ARMENTERAS"



**HATHA YOGA, BHAKTI YOGA VJNYASA, KUNDALINI YOGA, MEDITACIONES
DINÁMICAS, REFLEXOTERAPIA, HISTORIAS QUE NOS ACOMPAÑARAN Y
MUCHO MÁS....**

PROGRAMA

Viernes, 20 de julio

**19.30-20.30 CLASE DE BHAKTI YOGA VJNYASA,
"LOS DEVOTOS DE SHIVA"**



**Un devot@ o bhakta tiene infinita fé en Shiva. Ella o él creen que cada situación que
sucede en su vida está reflejando el poder de Shiva.**

Los bhaktas de Shiva incluyen, guerreros, hombres, mujeres, dioses y demonios.



Sábado, 21 de julio

07.30-09.30 SADHANA DE KUNDALINI YOGA...confía en tu excelencia...



10.00-11.00 DESAYUNO

... rico y saludable...

11.30-13.00 PRIMERA SESIÓN DE REFLEXO...



descanso, placer, compartir, sentir....

13.00-14.00 PIJETA, PASEO, SOL, DIÁLOGO, COMPARTIR...



14.00-15.30 COMIDA

...no me la pierdo...



TARDE

16.30-17.30 YOGA RECONSTITUYENTE Y YOGA NJDRA ...esfuerzo sin esfuerzo...

18.00-19.30 MEDITACIONES DINÁMICAS



... movimiento, dejarse llevar, ...una sonrisa, una lágrima...felicidad por estar...

19.30-20.30 KJRTAN

entrega a dios a través de la repetición de su nombre ...



21.00

CENA



... no sé si podré esperar...

22.30

FJESTA!!!!...yo no me la pierdo... y tú?



Domingo, 22 de julio

07.30-09.30 SADHANA DE HATHA YOGA, "LOS DEVOTOS DE SHIVA"



....y la historia continúa

10.00-11.00 DESAYUNO ... ya tenia ganas de que llegara...



11.30-13.00 SEGUNDA SESIÓN DE REFLEXO.



...mis pies sonrían... y yo también..

13.00-14.00 PISCINA, PASEO, DESCANSO... creo que me quedo....



14.00-15.30 COMIDA

inolvidable.... creo que repito...

16.00 DESPEDIDA y CIERRE.... Hasta siempre y gracias...!!!!