



Attività divulgative L.C.Y.

“Gli incontri della consapevolezza”

(Partecipazione libera e gratuita per i soci L.C.Y. e aspiranti soci)

La nostra associazione ha come finalità quella di divulgare, promuovere e attuare lo studio e la pratica dello Yoga oltre a tutte quelle attività culturali volte ad arricchire la ricerca evolutiva dei propri soci. Dal prossimo mese di novembre il **Laboratorio Cultura Yoga** propone una serie di nuovi incontri nei quali interverranno competenti relatori specialisti in differenti ambiti. Gli incontri si tengono in un contesto cordiale e distensivo, proponendo contenuti di qualità.

Villa Braila, mercoledì 28/09/2011 h.20,00-21,10

Tema: “Lo Yoga nel quotidiano”- Lezione teorico pratica

Villa Braila, mercoledì 09/11/2011 h.21,00-22,30

Tema: “Naturopatia e Yoga” - Introduzione ai metodi naturali di auto guarigione
Relatrice: Irene Catanzariti, Naturopata

Villa Braila, mercoledì 14/12/2011 h.21,00-22,30

Tema: “Sedendo Quietamente” - Presentazione libro con introduzione alla Meditazione e pratica
Relatore: Pietro Thea, Insegnante Yoga, Scrittore

Villa Braila, mercoledì 25/01/2012 h.21,00-22,30

Tema: “Reiki la mia vita” - Presentazione libro con introduzione al Reiki e pratica
Relatore: Massimo Zambelli, Reiki Master

Villa Braila, mercoledì 29/02/2012 h.21,00-22,30

Tema: “Tai Ji e Qi Gong, arti di consapevolezza” - Introduzione alle discipline e pratica
Relatore: Angelo Morstabilini, Istruttore Tai Ji

Villa Braila, mercoledì 28/03/2012 h.21,00-22,30

Tema: “Il piacere di camminare” - Introduzione al tema del “camminare” come aspetto meditativo legato allo Yoga

Villa Braila, mercoledì 18/04/2012 H.21,00-22,30

Tema: “Integrazione tra denti, postura, emozioni”
Elementi di consapevolezza posturale in relazione all’apparato dentale ed aspetti collegati.
Relatrice: Dott.ssa Claudia Sormani, Odontoiatra olistica