



Associazione per lo studio del Raja Yoga

organizza

YOGA OPEN DAYS
per il CORPO, la MENTE e lo SPIRITO

25 e 26 settembre 2010

nelle sede di:

BOLOGNA

c/o Villa Serena - Via della Barca, 1

Week - end aperto a tutti, nel quale sarà possibile conoscere e soprattutto sperimentare la pratica della Meditazione attraverso la disciplina del Raja yoga. Nella giornata di domenica, invece, vi sarà un ulteriore spazio dedicato all'educazione con l'associazione LE DODICI STELLE nata per diffondere l'innocuità.

www.associazioneatman.biz

in collaborazione con:

LE DODICI STELLE

Associazione per l'educazione all'innocuità

www.ledodicistelle.it

INGRESSO LIBERO

Per informazioni:

Ivan Angiolini 348 3134823

Luca Galeotti 320 6763733



COMUNE DI BOLOGNA

con il patrocinio
del Comune di Bologna

BOLOGNA SABATO 25/9

14.00 **PRESENTAZIONE EVENTO**

14.30 – 15.00 **CONFERENZA DI RAJA YOGA**
La salute attraverso lo yoga

15.00 – 15.30 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
Rilassare il corpo e conoscere il respiro

15.30 – 16.00 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
Osservare e comprendere il pensiero

16.00 – 16.30 **PRESENTAZIONE SCUOLA ENERGHEIA**

16.30 – 17.00 **CONFERENZA DI RAJA YOGA**
Fondamenti della meditazione

17.00 – 17.30 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
La meditazione e il colore

17.30 – 18.00 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
La meditazione e il suono

18.00 – 18.30 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
La meditazione e la forma

18.30 – 19.00 **CONFERENZA DI RAJA YOGA**
Il sentiero spirituale

BOLOGNA DOMENICA 26/9

10.00 – 10.30 **PRESENTAZIONE SCUOLA ENERGHEIA**

10.30 – 11.00 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
Rilassare il corpo e conoscere il respiro

11.00 – 11.30 **CORSO PRATICO DI MEDITAZIONE**
La meditazione e l'anima, conoscere la parte migliore di sé

11.30 – 12.00 **CONFERENZA DI RAJA YOGA**
La trasformazione delle emozioni negative

12.00 – 12.30 **CONFERENZA LE DODICI STELLE**
Educazione nella nuova era

12.30 – 13.00 **CONCLUSIONI**

Nel corso del week – end, insegnanti e diplomati della “scuola Energheia” saranno a disposizione per sedute individuali di riequilibrio dei chakra e di sostegno energetico.