

PROGRAMMA MESE GIUGNO

LEZIONI di YOGA e PILATES EXTRA - sabato e domenica:

- CORSO di avviamento all'**ASHTANGA VINYASA YOGA per NEOFITI** con Barbara:

Orario: dalle 9,00 alle 10,30

Calendario incontri: 8 giugno, 15 giugno 2025

La pratica è ACCESSIBILE A TUTTI, anche a chi NON HA MAI PRATICATO YOGA. Richiedi PROGRAMMA DETTAGLIATO degli incontri o via email o tramite sms/whatsapp al 347 7282 350.

Al termine del corso, i partecipanti saranno in grado di continuare la propria pratica quotidiana in modo autonomo, applicando le conoscenze acquisite.

Costo: 1 lezione 20€ (è possibile partecipare ai singoli incontri)

MEDITAZIONI GUIDATE - ESPERIENZE SONORE - SCIAMANESIMO - costo 20€:

- Venerdì 13 dalle 20.45 alle 22.00 **YOGA NIDRA** con Titti, a scelta sdraiati in amaca o sdraiati a terra sui materassini
- Venerdì 13 dalle 20.30 alle 23.00 **CERCHIO SCIAMANICO** con David
- Venerdì 20 dalle 20.45 alle 22.00 **BAGNO SONORO VIBRAZIONALE GONG, CAMPANE TIBETANE** e altri strumenti con Claudio
- Venerdì 27 dalle 20.45 alle 21.45 **SOUND HEALING IN AMACA** – Terapia del suono con **Campane di Cristallo** guidato da Francesca Uva

YOGA DAY 21 GIUGNO a breve pubblicheremo il PROGRAMMA

TREKKING YOGA EVOLUTIVO DOMENICA 08 giugno 2025

Accompagnato da Francesco – costo 20€

A breve pubblicheremo meta e dettagli

Tutte le attività sono su PRENOTAZIONE e verranno organizzate con un numero minimo e massimo di partecipanti - al fine di poterci organizzare al meglio chiediamo di ricevere le prenotazioni almeno 3 giorni prima dell'evento.

Informazioni e Prenotazioni al 347.7282350 (anche tramite sms/whatsapp)

Sul sito www.yogadiamante.it alla voce "seminari eventi" trovate il calendario mensile di tutti gli eventi. Per restare aggiornati sulle nostre proposte potete seguirci sui social (Instagram e Facebook) e richiedere il link al nostro Canale Telegram.