



YOGA INTEGRALE

Ispirato alla “Via Soleggiata” di Aurobindo e Mère

*Lo yoga non è il rifiuto della vita, ma l'arte di perfezionarla ...
Yoga non è neppure una certa posizione fisica o esercizi di respirazione,
bensì una capacità pratica ad esplorare ed accogliere la personalità
umana, in tutta la sua complessità: corporea, vitale, mentale e spirituale,
aiutando l'individuo ad integrarsi a ciò che in lui c'è di più alto ...”*

Mère

**“LO YOGA INTEGRALE” PROPONNE UN PERCORSO DI CONOSCENZA E
DI ESPERIENZA CHE PERMETTE AD OGNUNO DI RISCOPRIRE E
POTENZIARE LE PROPRIE RISORSE INNATE DELLA MENTE, DEL
CUORE E DEL CORPO PROIETTANDOSI VERSO ...**

**LA REALIZZAZIONE DEL PROPRIO ESSERE E
IL COMPIMENTO ARMONIOSO E SERENO DELLA PROPRIA VITA**

Pierrette

MARTEDI' avanzate/i 9.45/12.00

GIOVEDI' principiante/i 10.ºº/12-00

Con Pierrette: tel. o sms. 3401456671 .



presso L'A.P.S.culturale e ricreativo L'ALBA
BUERIIS - MAGNANO IN RIVIERA