

L'INTRECCIO MAGICO DELLA VITALITÀ

L'Architettura Sacra del Corpo Sottile

7 INCONTRI

dal 5 febbraio ogni due giovedì
20:00-22:00

Sei pronto a guardare te stesso e al tuo corpo con occhi nuovi? Secondo la saggezza millenaria degli yogin sei un'affascinante Architettura Energetica attraversata da canali sottili e centri di potere.

Se pratichi yoga o meditazione e vuoi approfondire l'anatomia energetica o se senti il richiamo di una profonda e autentica conoscenza di te, questo corso ti darà le chiavi per "leggerli" in modo diverso, per comprendere come il benessere fisico e mentale sia legato indissolubilmente al flusso della nostra energia vitale.

Gli incontri, saranno teorici e pratici. Il fine è quello di avere degli strumenti da utilizzare ogni giorno e da integrare nella tua vita per portare chiarezza mentale, vitalità e armonia.

Conduce **CATERINA**





CHIAREZZA E PROFONDITÀ

Dopo anni dedicati allo studio del Corpo Sottile in diverse scuole e tradizioni yogiche e meditative vorrei offrirti una prospettiva chiara e coesa.

- **Fare Chiarezza:** Spesso, i concetti di Canali, Chakra, Venti ed Elementi vengono insegnati con terminologie o approcci diversi. Questo corso ti fornirà un vocabolario essenziale e univoco che ti permetterà di comprendere i principi sottostanti, rendendo più chiare e potenti tutte le tue pratiche, presenti e future.
- **Unire le Tradizioni:** Sebbene molte nozioni che verranno esposte derivino dalla tradizione tibetana/Himanayana non temere, questo non sarà un limite! Sia che tu pratichi Hatha Yoga, Vinyasa Yoga, Meditazione o qualsiasi altro stile, le leggi che governano l'energia sono universali. Le conoscenze acquisite daranno profondità e arricchiranno qualsiasi disciplina tu segua.

Questo corso è pensato per chi vuole comprendere a fondo e sentire i concetti che stanno alla base di ogni asana, respiro o momento di meditazione.

Ogni incontro è supportato da immagini così da rendere più chiari i concetti.

Il corso si svolge sia DAL VIVO che ON LINE (su zoom).

Se non riesci a seguire tutti gli incontri ti verrà inviata la registrazione

● ARGOMENTI E DATE

● **5/02 Struttura del Benessere.** Definire la Salute

● **19/02 I tre canali Maestri.** Trasformare le affezioni

● **5/03 I mattoni della vita.** I cinque elementi

● **19/03 Il Bardo.** Dissoluzione sacra e Rinascita

● **02/04 I cinque soffi vitali.** I Governatori sottili

● **16/04 Chakra.** Centri di potere e riconoscimento

● **30/04 Armonia Finale.** Meditazione profonda

Per informazioni contatta Caterina:



centroyogastudium@gmail.com




328 065 5932



STUDIUM YOGA

VIA CASTELLANA, 6
(QUATTRO CANTONI)
MESTRE - VE

 389 214 7992

SEGUICI SU:

STUDIUMYOGA 

CENTRO YOGA STUDIUM 

STUDIUM YOGA 

