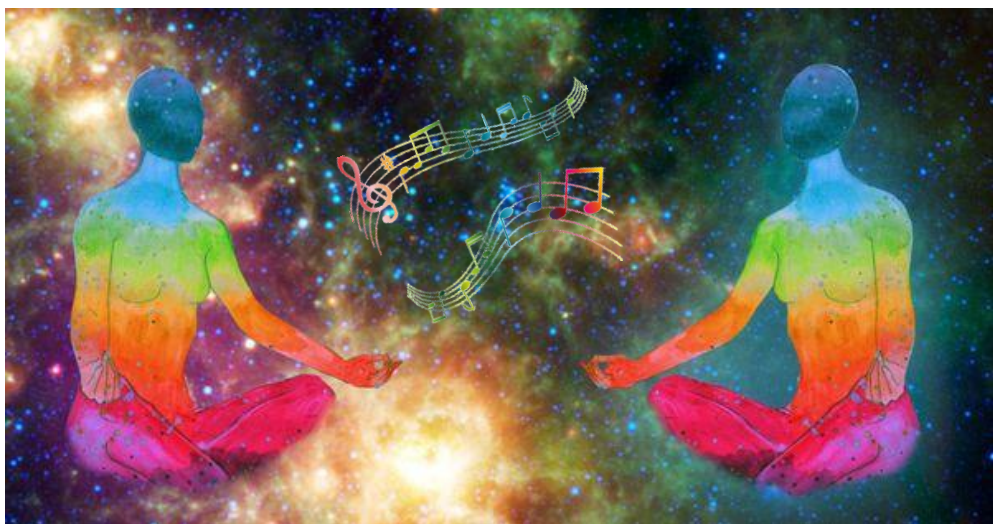


CORSO MEDITAZIONE ATTIVA EIN MOVIMENTO COLORE E SUONO



Chi pratica la meditazione impara a governare sempre meglio la propria frequenza elevando sempre più il proprio potenziale: fisico, sensoriale e spirituale per una salute sempre più forte.



ASSOCIAZIONE INSIEME
VIA VALCUVIA, 21
21033 CITTIGLIO (VA)



39+3384893997



insieme-associazione@libero.it



www.insiemeassociazione.biz

DATE CORSI:

Dal 18 Settembre 2017 al 18 Giugno 2018

Lunedì dalle ore 16,30 alle ore 18,00

Costo Mensile (4 Lezioni) €. 30,00

Dal 21 Settembre 2017 al 21 Giugno 2018

Giovedì dalle ore 20,00 alle ore 21,30

Costo Mensile (4 Lezioni) €. 30,00

Costo tessera associativa €. 5,00 validità un anno

L'inizio dei corsi è subordinato ad un numero minimo di partecipanti; pertanto è gradita la prenotazione.

Per informazioni e prenotazioni: 338 – 48 93 997

**Il corso si svolgerà nella sede dell'associazione INSIEME
Via Valcuvia, 21 – 21033 Cittiglio (Va)**

IL PROGRAMMA:

- Meditazione in movimento “I 17 Movimenti” appresa dal Maestro Shin Dae Woung presso la sua scuola di Tai Chi e Kung Fu;
- Esercizi adatti alla corretta circolazione energetica;
- Meditazione guidata basata sui sette colori dell'arcobaleno;
- Meditazione con utilizzo di campane tubolari con emissione di vibrazioni universali e personali;
- Meditazione di gruppo con frequenze sonore con impiego di campane tubolari, campane tibetane e vibrafoni;
- Meditazione con campanelli che predispone i componenti del gruppo a manifestare la propria opinione con coerenza senza subire condizionamenti esterni.

COSA PORTARE:

tappetino - calzini – sono consigliati abiti comodi



associazione
insieme