

SE
MIN
CAM
MINO

YO
GA
Formazione
Counseling



DISCIPLINE
PER IL BENESSERE DELLA PERSONA

OPEN DAY
18 E 19 SETTEMBRE

Tutte le pratiche e/o trattamenti sia individuali che di gruppo saranno gratuiti e aperti a tutti **SOLO**
su **PRENOTAZIONE** da effettuarsi entro il 15 SETTEMBRE

Le attività verranno effettuate nella sede di **SPAZIO MANIPURA** e nello
SPAZIO CONDIVISO accanto al centro Yoga

SPAZIO MANIPURA
SIENA - VIALE EUROPA, 61 (INT. 3)

☎ 366.7481224 ✉ info@semincammino.it 🌐 www.semincammino.it 📌 spazioyogamanipurasienna

**SE
MIN
CAM
MINO**

**OPEN DAY
PROGRAMMA**

**YO
GA**

Formazione
Counseling

SABATO 18 Settembre:

h 9.30-10.30 Hatha Yoga - Kety Augusti

h 11.00-13.00 Massaggio ayurvedico (30 m.)

Bagno di gong individuale (20 m.) - Michela Devi Dyal

h 10.00-12.00 Pratica personalizzata individuale Yoga (30 m.) - Elena Benedetti

h 16.00-18.00 "Incontro con il tuo fiore"

meditazione con la tua essenza floreale h (20 m.) - Elena Ambrosin

h 17.00-18.00 Qi-gong - Francesca Giuliani

h 18.30-19.00 Bagno di Gong - Michela Devi Dyal

DOMENICA 19 Settembre:

h 10.00-10.45 Ginnastica posturale integrata - Stefania Buricchi

h 11.00-13.00 Laboratorio di Counseling espressivo di gruppo

"RI-TROVARSI" con la poesia - Michela Zanin

h 16.00-18.00 Trattamenti con campane tibetane (30 m.) - Claudia Emilia

h 17.00-18.00 Samatva Yoga - Elena Benedetti

h 18.30-19.30 Kundalini Yoga - Michela Devi Dyal