

**KUNDALINI YOGA**  
Lo yoga della consapevolezza



Il Kundalini Yoga consiste di kriya basati su asana attive e passive, pranayama e meditazioni indirizzati all'intero sistema corporeo (sistema nervoso, ghiandola, facoltà mentali, chakra) per sviluppare consapevolezza, coscienza e forza spirituale. Yogi Bhajan

Doppio appuntamento per provare questa meravigliosa pratica:  
**Lunedì 5 Novembre** | Tre sessioni: Ore 18,00 | 19,00 | 20,00  
**Giovedì 8 Novembre** | Due sessioni: Ore 10,00 | 11,00  
Guidati con il cuore da Kristine Beeckman Dyal Mantra

Ingresso libero ad offerta consapevole.  
Prenotare il tuo posto per le sessioni al 3358241691 Erik

Associazione Autentjca, via cà gamba 9 Jesolo VE  
[www.autentjca.it](http://www.autentjca.it) | [info@autentjca.it](mailto:info@autentjca.it)

# Kundalini Yoga

Il Kundalini Yoga consiste di kriya basati su asana attive e passive, pranayama e meditazioni indirizzati all'intero sistema corporeo (sistema nervoso, ghiandola, facoltà mentali, chakra) per sviluppare consapevolezza, coscienza e forza spirituale. Yogi Bhajan benefici conseguenti alla pratica del Kundalini Yoga sono ormai noti e documentati. Subito sentirai serenità mentale, profonda calma interiore, maggiore presenza e concentrazione. Il benessere generale aumenta accrescendo la consapevolezza

Presso via cã gamba 9 - Associazione Autentjca Jesolo, VE, Italia

Dal 05.11.2018 ore 18:00

Al 08.11.2018 ore 12:00

Sito web [www.autentjca.it](http://www.autentjca.it)

E-mail [info@autentjca.it](mailto:info@autentjca.it)

[www.tumit.it](http://www.tumit.it)