



Beachstage 6 Edizione Kundalini Yoga con Fabrizio Pisasale

Beachstage 6° Edizione Kundalini Yoga con Fabrizio Pisasale

11/12 Luglio I

Segreti del Saluto al Sole II

Saluto al sole è una delle tecniche più diffuse dello Yoga. La

sua pratica ormai conta più di un milione di appassionati e non rappresenta solamente l'applicazione delle tecniche più complete di tutte le discipline dello Yoga, ma simbolicamente permette di ripetere un esercizio antico, parte di una pratica sacra per l'evoluzione della coscienza. Che tu sia un praticante novizio, esperto, oppure semplice curioso o maestro di Yoga, in questo corso imparerai il metodo che ho perfezionato negli anni per rendere più efficiente la pratica di tutte le posizioni dello Yoga; ed una volta che lo avrai compreso, potrai applicarlo a tutte le discipline fisiche che riterrai opportuno, qualsiasi esse siano, per ottenere risultati migliori in tempi minimi. Durante

lo stage praticheremo in maniera intensa, quindi è consigliato per chi ha già un corpo allenato. Insieme

al corso riceverai un manuale in formato elettronico con la sequenza, le posizioni e tutta una serie di consigli utili per continuare a praticare nel tempo. Il corso avrà una durata di 10

ore, suddivise in 2 giornate. Sarà possibile organizzare successivi incontri per verificare e perfezionare insieme quanto hai appreso e portarlo ad un ulteriore livello di pratica. Benefici:

riduce lo stress, migliora la

[Descrizione completa su www.tumit.it/evento.php?idEvento=23053](https://www.tumit.it/evento.php?idEvento=23053)

Presso CosiArte Lungomare Lutazio Catulo, 14, Lido di Ostia, RM, Italia

Dal 11.07.2020 ore 10:00

Al 12.07.2020 ore 16:30

Sito web <https://www.facebook.com/events/320678505558692/>

E-mail cosiarte@libero.it

www.tumit.it/