



Circolo DEVA Yoga e Meditazione
Via Savonarola, 125 35137 Padova

Respirazione yogica Le nadi, i bandha e i kumbhaka

Padova, 22 settembre 2019

*Seminario di Hatha Yoga condotto da
Walter Thirak Ruta*



Proposto con una modalità dialogale, il tema sarà introdotto, guidato e facilitato in modo che ognuno possa trovare un clima adeguato per esprimersi. Si tratta di un'esplorazione esperienziale aperta a chiunque sia interessato e in ricerca per cogliere la forza trasformante del Pranayama.

Il seminario è riservato ai soci dell'Associazione Deva.

La partecipazione prevede il costo di € 50,00 comprensivo di un sobrio pranzo. Il numero dei posti è limitato. Ai non soci verrà richiesta anche l'adesione all'Associazione Deva di € 20.

Per gestire al meglio le iscrizioni chiediamo di inviarci una **mail** di conferma e un **bonifico** bancario di € 50,00 (70,00 per i non soci) intestato a:

Associazione Deva Yoga e Meditazione

IBAN: IT41R0359901899050188537164



Circolo DEVA Yoga e Meditazione
Via Savonarola, 125 35137 Padova

Walter Thirak Ruta si è formato in Italia e in India.

Devoto agli insegnamenti dello yogi silente di Madras, Sri Sri Sri Satchidananda Yogi, valorizza la trasmissione ricevuta sperimentando con sinceri ricercatori le pratiche descritte nei testi dello Hatha Yoga.



Insegna regolarmente presso la Scuola Yoga Pramiti di Ventimiglia e nei vari seminari in Italia, Europa e India.

Per le Edizioni Pramiti ha pubblicato i seguenti libri:

Yoga: l'elisir della vita

Svadyaya: esercizio con sé stessi

Parampara: da maestro a maestro

L'angelo silenzioso: gli insegnamenti

Dio è felicità - manuale di yoga.

Programma

Ore 9,00	Arrivo partecipanti e registrazione
Ore 9,30-13,00	Prima parte seminario
Ore 14,30-18,00	Seconda parte seminario

Info ed iscrizioni:

circolo.deva@padovayoga.org

<http://www.padovayoga.org/home/associazione>



Om Yoga Padova