

Nutrir el ámbito del SER

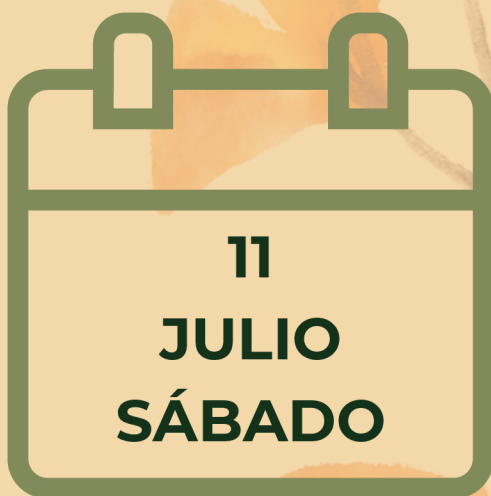


Practica de meditación

“Estar en el presente con aceptación”

Sábado 20 de junio, de 10,30 a 11,30 (Cierre de la temporada)

Precio: 10 euros



Intensivo de yoga y relajación

- Posturas restaurativas y relajación
- Respiración y relajación
- Meditaciones discursivas en torno a la posibilidad de vivir relajado/a
- Práctica meditativa sobre “El lugar seguro”

Sábado 11 de julio, de 8,30 a 11,30

Precio: 30 euros



Clases durante el mes de julio:

Por la mañana: Martes 7, 14, 21 y 28 de julio
De 9 a 10h

Por la tarde: Jueves 9, 16, 23 y 30 de julio
De 20 a 21h

(Las clases son de una hora, presenciales con la opción de conexión online)

Precio: 30 euros

PARA TODAS LAS ACTIVIDADES SE NECESITA INSCRIPCIÓN PREVIA