

---

## INTENSIVO HATHA YOGA

15 de Novembro 2008

---

O caminho do Yoga é longo, sinuoso e confuso do ponto de vista do indivíduo como parte de uma realidade aparente.

Quando mergulhamos na prática, fazendo dela o nosso dia-a-dia, verificamos como é simples, *straight forward*, como um fio de água cristalina continuamente caindo numa bacia dourada...

Neste intensivo pretende-se que o aluno entre em contacto e tome consciência de uma prática milenar, que sobreviveu até aos dias de hoje, continuamente em evolução e expansão e que vai muito para além do *asana*, mergulha nos conceitos e ética do Yoga, até ao lugar onde tudo se dissolve na matriz primordial.

Para participar deverá já ter prática de yoga.

**Orientação:** Antónia Soares

**Local:** GAIA – Centro de Hatha Yoga

Av. Duque de Loulé, 1 – 4ºdto, 1050-085 Lisboa

**Horário:** 10h00 – 13h00 ; 14h00 – 16h00

Os participantes não deverão tomar pequeno-almoço, sendo servido um desjejum frugal no estúdio. O almoço é leve.

Deverá trazer um agasalho e umas meias quentes.

Se preferir, pode trazer o seu tapete de prática.

**Custo:** 30,00 euros

### **Pagamento:**

Assim que tiver informação de disponibilidade de vaga, poderá proceder ao pagamento.

Deverá fazer uma transferência bancária para o NIB 003502020003000540097, referindo no descritivo Intensivo e 1º e último nome, caso o faça através da Internet.

Solicitamos que envie um sms ou um email confirmando o pagamento para que a sua vaga fique garantida.