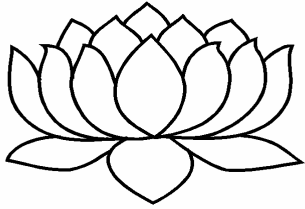


INSTITUTE OF YOGIC CULTURE



**CENTRO YOGA
TRIESTE**

**CALENDARIO
DELLE
ATTIVITA'**

MARZO - GIUGNO 2012

via S.Francesco, 34 - Trieste
tel. 040 635718

Orario segreteria:

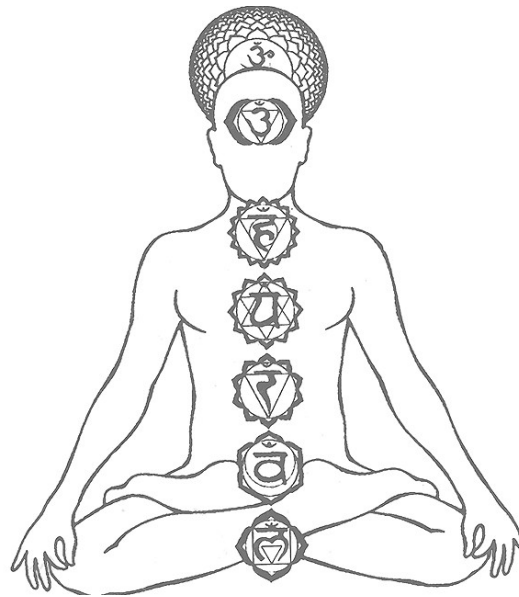
Da lunedì a venerdì: 17.00 - 18.30

segr. tel. 24/24

e-mail: yogaway@tin.it

www.yogawaytrieste.org

(per soci)



***Corpo tonico e flessibile
mente lucida e concentrata
buon equilibrio delle emozioni
più energia vitale:
benessere interiore e serenità***

***questo potrai trovare
sulla via dello Yoga***

Giovedì 1 marzo ore 17.00

RIAPRE LA SEGRETERIA

da lunedì a venerdì,
fino al giorno 23 dalle 17 alle 19,
in seguito 17 - 18.30.

Domenica 4 Marzo ore 9-17

"LA VOCE, PORTA DELL'ANIMA"

Seminario con *Cristina Adriani* e
Annamaria Milievich
Adesioni in segreteria

venerdì 9 marzo ore 19.00
e sabato 10 alle ore 10.30

"YOGA: VIENI A PROVARE?"

Lezioni dimostrative
con gli insegnanti del Centro.
Se vuoi partecipare, vestiti comodo
e regalati un'ora di tranquillità.
Ingresso libero

venerdì 9 marzo ore 17.30

CONCENTRAZIONE E MEDITAZIONE

Lezione introduttiva ai corsi
con *Sonia Nascimben*.
Ingresso libero

venerdì 9 marzo ore 20.30

"YOGA ASPETTANDO UN BAMBINO"

Incontro iniziale, introduttivo
al corso di Yoga in gravidanza
con *Patrizia Milocchi*.
Ingresso libero

Lunedì 12 marzo

INIZIO DEI CORSI DI HATHA YOGA

della durata di tre mesi.
Iscrizioni in segreteria

Martedì 13 marzo ore 17
PRIMA LEZIONE DI YOGA PRE-PARTO
con **Patrizia Milocchi**.
Iscrizioni in segreteria

Venerdì 23 marzo ore 20.30
**"MONDI CHE SCOMPAIONO:
GLI ULTIMI NOMADI (Gujarat)
LE BIBLIOTECHE DEL DESERTO
(Mauritania)
DANCALIA: INFERNO E VITA"**
Proiezioni in multivisione
di **Rosamaria Salvi e Giorgio Pavan**
Ingresso libero

Sabato 24 marzo ore 20.30-22.30
"PILLOLE DI FELICITÀ": serata
di formazione con **ChAngel** per
allenare la tua saggezza interiore!
Ingresso libero con prenotazione
al 3939895861.

Domenica 25 marzo
"YOGA E NATURA"
Escursione transfrontaliera sul Carso,
alla "riscoperta" di ambienti vicini
(con **Franco Salvi**)
Informazioni e adesioni in segreteria

Venerdì 30 marzo ore 20.30
"ATMA GITA: I CANTI DELL'ANIMA"
Serata di Canti, Kirthan e Bhajan
con **Sw. Nirvanananda** ed i
Bhajan Sisters and Brothers.
Ingresso libero

Domenica 15 aprile
"YOGA E NATURA"
Escursione nell'Istria slovena,
per vivere consapevolmente
il contatto con la natura
(con **Franco Salvi**)
Informazioni e adesioni in segreteria

Venerdì 20 aprile ore 20.30
**"MADAGASCAR: UN INTRECCIO ORIGINALE
di popolazioni ed ambienti naturali"**
Racconto di un'esperienza
di **Cristian Trani**.
Ingresso libero

Domenica 22 aprile ore 9-17
"LA VOCE, PORTA DELL'ANIMA"
Seminario con **Cristina Adriani e
Annamaria Milievich**
Adesioni in segreteria

Venerdì 4 maggio ore 20.30
Incontro con il dott.
FABIO BURIGANA, presidente dell'AMEC,
Associazione Complessità in Medicina.
Ingresso libero

Sabato 5 maggio ore 9.30-13.00
"MA SI', RILASSIAMOCI!" miniseminario
con **Sonia Nascimben**.
Info e adesioni in segreteria

Domenica 13 maggio
"YOGA E NATURA"
Escursione sul Carso sloveno,
con osservazioni ambientali e semplici
pratiche yoga (con **Franco Salvi**)
Informazioni e adesioni in segreteria

Venerdì 18 maggio ore 20.30
**"ANCORA...YOGA:
una buona occasione per..."**
presentazione del seminario in montagna,
ricordando gli anni scorsi
Ingresso libero

Domenica 10 giugno
"YOGA E NATURA"
Escursione sulle montagne della
regione, per immergersi "con coscienza"
in ambienti naturali di grande
suggestione (con **Franco Salvi**)
Informazioni e adesioni in segreteria

Mercoledì 13 giugno ore 20.30
"E' GIA' ESTATE?"
serata conviviale con riflessioni e
intrattenimento per un ...arrivederci a
settembre!
Iscrizioni in segreteria

Da venerdì 15 giugno a domenica 17
SEMINARIO IN (MEZZA) MONTAGNA
tre giorni di approfondimento a
conclusione dei corsi, condividendo
l'esperienza di un soggiorno in un
ambiente più vicino alla natura.

