

Associazione SAVIDAHORA

Con il patrocinio del **COMUNE DI TADASUNI**

organizza una

GIORNATA DI MEDITAZIONE ED ESPERIENZA CON L'ENERGIA

SABATO 24 NOVEMBRE dalle ore **9** alle ore **19**
presso Casa Pinna - C.so Impero, **TADASUNI**

PROGRAMMA DELLA GIORNATA:

9 / 9.30: accoglienza dei partecipanti e segreteria
9,30 inizio attività:

Cerchio e meditazione guidata
Esercizi di Bioenergetica
Danza meditativa
Heart Chakra Meditation
Pranzo

Proiezione
Mantra Yoga
Nuad Boran trattamento Thai
Kundalini
Meditazione guidata e condivisione

L'esperienza è adatta anche per principianti
È richiesta prenotazione entro **giovedì 22 novembre** (il gruppo è a numero chiuso)
Per info e iscrizioni tel. **3425721047** - mail: **savidahora@live.it**

