

”ManhãY”



Yoga, Relaxamento e Taças Tíbetanas

MARÇO

1

DOMINGO
10h15-12h45

CARNIDE



*Harmonia, corpo mente e espírito. Equilíbrio. Bem estar. Plenitude.
O Yoga é uma ciência milenar com tantas abordagens possíveis quantas pessoas, para alcançar um e o mesmo objetivo de autodesenvolvimento e autorrealização, através do despertar da conexão com o divino, que habita em cada um.*

Objetivos

Este será um workshop interativo, adaptado a todos os níveis de experiência, em que é favorecida a escuta ativa do corpo e o relaxamento.

As taças tibetanas ampliam a experiência convidando a uma viagem às profundezas do nosso ser, onde habita a mais real e verdadeira felicidade.

Experiência o yoga em ti. Descobre-te. Sê. Porque tu mereces!

FACILITADORA: Tânia Faisca

Local: Junta de Freguesia de Carnide – Largo das Pimenteiras 6, LISBOA
(Perto do Colégio Militar e Igreja da Luz)

Contribuição: 17€ por pessoa

(caso tenhas dificuldades financeiras e queres muito participar, fala connosco)

Inscrições: Vagas limitadas! Faz a tua inscrição através do e-mail: geral@wakeseed.org

www.wakeseed.org