

Newsletter di luglio 2017

DOMENICA 2 LUGLIO – YOGA E SOLIDARIETA'
K.Y.M.S. OpenYogaDay for AFRICA



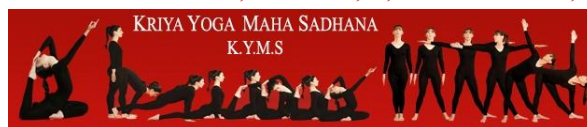
PROGRAMMA DELLA GIORNATA APERTA

Il programma della giornata prevede:

- ॐ -10,30 – 11,00: **Meditazione del Cuore e/o Esercizi di ricarica**
- ॐ -10,30 – 12: **Yogasana** (studio di una posizione)
Vinyasa (sequenza) SuryaNamaskara e sequenza del mese

La partecipazione è aperta a tutti ed è previsto un contributo libero a sostegno delle attività missionarie *(Sul sito della scuola è disponibile il file pdf con la descrizione dettagliata del progetto)*

LA SCUOLA RIMARRA' APERTA



TUTTO IL MESE DI LUGLIO
20 LEZIONI A SETTIMANA
20 LEZIONI A SETTIMANA



Milano, Via Menabrea 24
tel 02 6683138 – www.kriyayoga.mi.it

Calendario delle lezioni del mese di luglio

giorno	<u>ORARIO DELLE LEZIONI</u>				
lunedì		13,00	17,15	18,30	20,00
martedì	10,00	13,00	17,15	18,30	
mercoledì		13,00	17,15	18,30	20,00
giovedì				18,30	20,00
venerdì	10,00	13,00	17,15	18,30	
sabato	9,30-10 (Pranayama) * 10-11 *				

Le regolari attività della Scuola si concluderanno il 30 Luglio 2017 per la pausa estiva e riprenderanno il 28 Agosto..

AVVISI VARI



YOGA IN PISCINA:

stiamo organizzando per **domenica 16 una giornata** in piscina, chi desidera essere dei nostri dia l'adesione in segreteria.



PIZZATA :

stiamo organizzando per **la settimana 17-22** una serata insieme in pizzeria, chi desidera esserci lo comunichi a Poppy..

Sul sito della scuola: www.kriyayoga.mi.it tutte le notizie utili e il calendario delle lezioni
Shanti, shanti, Shanti
Pace e bene
 Angela Bonaconza



SEMINARIO DI INIZIO ESTATE IN TOSCANA

Alcune immagini a ricordo del seminario al mare che si è appena concluso,
*un grazie di cuore a tutti per le emozioni forti
e per aver condiviso e camminato con noi.*



Milano, Via Menabrea 24
tel 02 6683138 – www.kriyayoga.mi.it

