



MEDITARE

AL TRAMONTO ALLA CHIUSA

29 GIUGNO, 20 E 27 LUGLIO, 07 SETTEMBRE ORE 18:30 (DURATA 1 ORA E 30 MINUTI)



LA MEDITAZIONE (DAL LATINO MEDITATIO, RIFLESSIONE), È UNA PRATICA UTILIZZATA PER RAGGIUNGERE GRADUALMENTE L'ACQUIETAMENTO DELLA NOSTRA MENTE. OVVERO, ATTRAVERSO LA CONCENTRAZIONE, POSSIAMO A POCO A POCO TROVARE UNO STATO DI SERENITÀ E DI BENESSERE. COME IN TUTTE LE DISCIPLINE È IMPORTANTE ESSERE COSTANTI E FIDUCIOSI VERSO IL PROPRIO OBIETTIVO.

SE OSSERVIAMO UN FIUME CHE SCORRE POSSIAMO COMPRENDERE IL SENSO DEL FLUIRE. L'ACQUA PORTA CON SÉ I SUOI DONI, LA FORZA VITALE, LA CONOSCENZA ANTICA DEL FLUIRE, LA NON-FORMA, LA VIBRAZIONE DELLA GIOIA, LA CAPACITÀ DI ESSERE UNO CON IL TUTTO INCONDIZIONATAMENTE. E' PER QUESTO CHE LA MEDITAZIONE VICINO IL RUMORE DELL'ACQUA È UNO STRUMENTO POTENTE E NELLO STESSO TEMPO SPONTANEO CHE CI SPINGE VERSO L'ABBRACCIO DELLA VITA.

CONDUCE L'ATTIVITÀ GIANNA IANNILLI - INSEGNANTE DI YOGA CLASSICO E COUNSELLOR PROFESSIONISTA IN PSICOSINTESI.

PER VIVERE UN'ESPERIENZA EMOTIVA UNICA IN UNO DEI SITI DI "ARCHEOLOGIA DELLE ACQUE" PIÙ INTERESSANTI D'EUROPA.

DOVE?
ALLA CHIUSA DI
CASALECCHIO,
VIA PORRETTANA, 187

PER PRENOTAZIONI: SGARZURA@GMAIL.COM

QUOTA DI PARTECIPAZIONE PER I SOCI DELLA POLISPORTIVA €. 10,00 AD INCONTRO (TUTTI 4 GLI INCONTRI €. 40,00)

QUOTA DI PARTECIPAZIONE PER I NON SOCI €. 10,00 AD INCONTRO + TESSERA ASSOCIATIVA €. 8,00 (TUTTI 4 GLI INCONTRI €. 48,00)

RICORDA DI PORTARE IL TUO MATERASSINO, LA MASCHERINA E IL CERTIFICATO MEDICO DI "IDONEITÀ ALLA PRATICA SPORTIVA NON AGONISTICA"

INIZIATIVA PROMOSSA DA

CANALI DI BOLOGNA



IN COLLABORAZIONE CON

