



Incontri gratuiti per esplorare lo Yoga  
come veicolo di benessere e di espansione della coscienza

## Paderno Dugnano

relatore Maurizio G. Castagnetti

**martedì 23 settembre 2014, h. 21.150**

### **Lo Yoga Integrale: il pensiero di Swami Sivananda**

**Centro di Yoga Integrale, via C. Battisti 25/A**

**lunedì 29 settembre 2014, h. 21.150**

### **Lo Yoga Integrale: la visione di Sri Aurobindo**

**Auditorium Tilane, P.za Della Divina Commedia 3**

## **Open day**

Approccio pratico e gratuito allo yoga.  
Contatto diretto con gli insegnanti per domande e chiarimenti.

### **Yoga**

**Paderno D. via C. Battisti 25/A**

sab. 06 settembre h. 10.00

dom. 07 settembre h. 10.00

dom. 14 settembre h. 10.00

sab. 20 settembre h. 17.00

dom. 28 settembre h. 10.00

### **Shiatsu**

**Paderno D. via C. Battisti 25/A**

dom. 28 settembre dalle h. 9.30 alle 12.30

sab. 25 ottobre dalle h. 9.30 alle 12.30

Solo su prenotazione. Occorre tuta o indumenti che consentano ampi movimenti.

CENTRO DI YOGA  
INTEGRALE



ASSOCIAZIONE  
YOGA  
MAYAVIRUPA

# CORSI DI YOGA

## Paderno D.

via C. Battisti 25/A

informazioni

dal 1 settembre, da lunedì a venerdì:  
10.00/12.00 e 17.00/20.00, sabato 10.00/12.00

## Desio

Palestra scuola elementare

via Dolomiti 50

inizio corsi dal 2 ottobre  
ogni giovedì: 18.00 e 19.35

**tel. 02 91.04.341**  
**[www.centrodiyogaintegrale.it](http://www.centrodiyogaintegrale.it)**