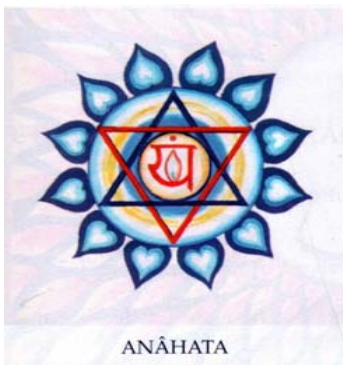


La respiración ha sido utilizada en muchas tradiciones como instrumento de conocimiento en la búsqueda interior. Combinada con la música abre camino hacia una rápida apertura a otros niveles de conciencia a través de la activación de la psique, propiciando progresos importantes en los procesos de autoexploración y sanación.

Se trata de un trabajo basado en la propia experiencia en el que, partiendo de una respiración específica, un espacio adecuado y el apoyo del grupo, la música no sólo acompaña los procesos sino que también los promueve. Todo ello permite acceder al material biográfico procedente de la infancia y adolescencia, a los dominios más profundos de la psique humana y al ilimitado espectro de fenómenos transpersonales, con un gran valor curativo y de desarrollo personal.



LUGAR

**CENTRO DE YOGA
Y YOGATERAPIA ACTUR**
C/ José Luis Borau, 18, local
50018 ZARAGOZA

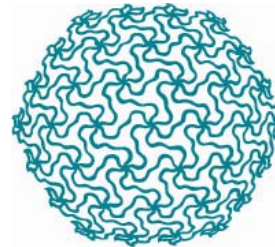
FECHAS

4 de febrero de 2012
5 de mayo de 2012

PRECIO: 80€

Alumnos de los Centros de Yoga: 65€

Alumnos de la Escuela de Formación de Profesores de Yoga y Yogaterapia: 50€



IMPORTANTE

El trabajo de respiración es profundamente experiencial y no está recomendado en caso de embarazo, problemas cardiovasculares graves, glaucoma, epilepsia, patología psiquiátrica grave, procesos infecciosos, fracturas y operaciones recientes de importancia. En caso de estar tomando medicación, conviene ponerlo en conocimiento de la organización del curso.

PROGRAMA ORIENTATIVO

9 h.	Recepción
9,30 h.	Pranayama
10 h.	Respiración con música
12,15 h.	Dibujo de mandalas
12,30 h.	Círculo de compartir
13,30 h.	Comida (opcional)
16 h.	Pranayama
16,30 h.	Respiración con música
18,45 h.	Dibujo de mandalas
19 h.	Círculo de compartir.
20 h.	Despedida.



MATERIAL NECESARIO

Ropa cómoda y abrigada
Tapiz y manta
Cojín de meditación

BOLETÍN DE INSCRIPCIÓN

Nombre y apellidos

Dirección

Código postal y ciudad

Teléfono

Correo electrónico

Observaciones

Firmado

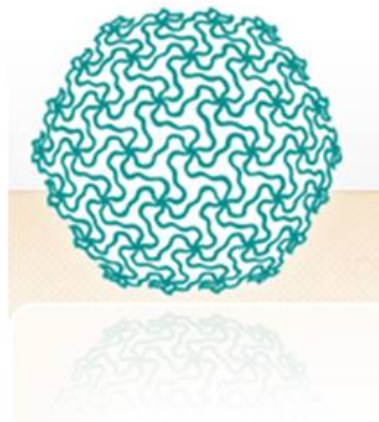
Ingreso / transferencia en Ibercaja
Nº cta: 2085/0113/60/03/00177106

Por favor, indica el concepto del ingreso,
tu nombre, la fecha del curso y envía el
resguardo junto con este boletín a:

CENTRO DE YOGA
Pº Fernando el Católico, 9, pral.. dcha.
50006 ZARAGOZA

YOGA Y YOGATERAPIA

Centros de Yoga dirigidos por Pilar Inigo



INFORMACIÓN E INSCRIPCIÓN

976 560 709

976 736 111

976 223 555

info@yogaypsicologia.com

www.yogaypsicologia.com

Jornada de Respiración con Música evocativa



*Liberación de condicionamientos
psíquicos a través de la apertura
a los procesos inconscientes,
según las bases de la psicología
transpersonal y el yoga*