

# Curso abierto de YOGATERAPIA



## Fechas 2019-20

26-27 de Octubre	Cuerpos sutiles, nadis y chakras
23-24 de Noviembre	Relajación, visualización y meditación Ásanas de meditación
21-22 de Diciembre	Yoga terapéutico y ásanas laterales
25-26 de Enero	Ásanas de extensión
22-23 de Febrero	Ásanas de flexión
28-29 de Marzo	Ásanas de equilibrio e inversión
18-19 de Abril	Ásanas de acción general y de torsión
30-31 de Mayo	Pranayama y bhandas
27-28 de Junio	Vinyasas. Trataka. Ásanas abdominales



ahimsa



WUTAN