



Il Colle delle Querce - Morlupo (RM)

Risvegliare la kundalini

La Kundalini giace avvolta come un serpente alla base della colonna vertebrale. Si può risvegliare come energia sessuale a scopo riproduttivo oppure per produrre una trasformazione di energia che salendo per il canale centrale, Shusuma si diffonde a poco a poco per tutto il corpo, attraverso i centri o Chakra, fino alla sommità della testa, determinando un'amplificazione di tutto l'essere, che liberato da ogni limitazione può giungere all'estasi del Samadhi.

Il movimento in gruppo e gli esercizi a coppie saranno lo strumento con cui attiveremo il processo di risveglio di questa potente energia vitale, che è dentro ogni essere umano. che rivivremo attraverso gli esercizi in acqua.

Dopo il Festival Olistico del Colle delle Querce un programma di 5 incontri indipendenti.

PROGRAMMA - Sabato, dalle 15 alle 19
13 ottobre, 17 novembre, 12 gennaio, 16 febbraio, 13 aprile.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE - € 35 a incontro, intero corso € 150.

DA PORTARE - Certificato medico per attività non agonistica, abbigliamento comodo da palestra e calzini antiscivolo.

L'INCONTRO SARA' CONDOTTO DA:

Laura Nardini docente del sistema Rio Abierto, astrologa, Antroposofa, Counselor.

Enrica Scambia Docente del sistema Rio Abierto, Counselor, Facilitatrice di Costellazioni Familiari.

www.ginnasticaemo.it

Prenotazioni e Informazioni:
ginnasticaemo@gmail.com, Laura 339.7355291 - Enrica 339.8794194