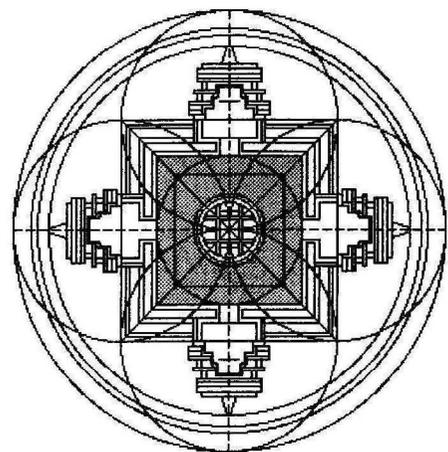


MEDITAZIONE

“Meditazione”, è un termine che nel mondo occidentale viene spesso erroneamente usato per indicare una non ben definita sorta di estasi mistica. Benché queste esperienze, agli alti livelli di pratica siano possibili, in realtà con questa parola si vuole intendere più genericamente tutta una serie di pratiche contemplative che mirano a sviluppare una maggiore concentrazione e consapevolezza di se stessi.



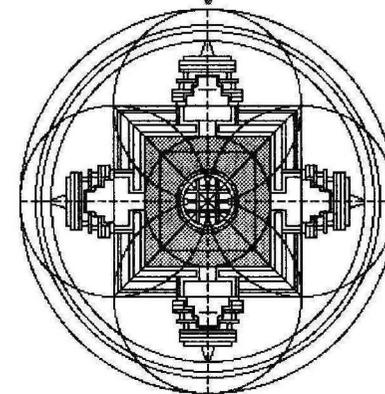
MANDALA



Il Mandala viene dal silenzio, nasce dal vuoto, dal nulla, si forma e si dispiega accompagnato dallo stupore stesso di chi lo disegna, che non ha altra scelta se non quella di assecondarlo.

DISCIPLINE PRATICATE

HATHA YOGA
MEDITAZIONE
RIFLESSOLOGIA
PLANTARE
SHIATSU
RIEQUILIBRIO
POSTURALE
REIKI



Associazione

Mandala

Napoli

Tel. 347.5093326 - 348.0365019 - 081.5790036
WWW.ASSOCIAZIONEMANDALA.IT
EMAIL - MARIAROSARIA.YOGA@VIRGILIO.IT



Il Comitato Olimpico Nazionale Italiano

ai sensi del decreto legislativo del 23 Luglio 1999
n°242 e succ. modificazioni

Riconosce ai fini sportivi
A.S. DILETTANTISTICA MANDALA
N° 71450

CORSI PROFESSIONALI

In collaborazione
con EFOA UNIVERSITY Roma

Tutti i corsi si distinguono per la qualità degli insegnamenti per l'alto contenuto tecnico-operativo e per il particolare modello pedagogico che li rende immediatamente applicabili.
Per informazioni rivolgersi
in associazione.

HATHA YOGA

Integrando metodiche indiane con le più raffinate tecniche posturali, fisiologiche si è creato un corso completo che soddisfa sia le esigenze spirituali che terapeutiche. I corsi sono tenuti da Maria Rosaria Sorrentino insegnante diplomata EOFA UNIVERSITY Roma

Martedì e giovedì

I° Corso 10,15 - 12,00
II° Corso 14,15 - 16,00
III° Corso 17,15 - 19,00

Per informazioni: 347-5093326

RIEQUILIBRIO POSTURALE

La pratica del riequilibrio posturale ci aiuterà a muoverci nel modo corretto nel quotidiano: Impareremo a camminare, sederci, stare eretti, sollevare pesi, guidare, senza procurarci più danni irrimediabili sulla colonna vertebrale!

Il corso è tenuto da Maria Rosaria Sorrentino

STAGE MENSILI

Per informazioni: 347-5093326

SHIATSU

Lo SHIATSU è un metodo di massaggio che nasce dalla tradizione medica orientale e si ispira allo ZEN giapponese.

La pratica dello SHIATSU preserva e ristabilisce l'equilibrio dell'energia vitale dell'individuo.

Trattamenti Shiatsu Per appuntamento
348 0365019

RIFLESSOLOGIA PLANTARE

Tecnica riflessogena e energetica che stimolando opportune zone del piede, va ad agire nei vari organi stimolandone il funzionamento e ripristinando l'equilibrio.

Trattamenti per appuntamento

REIKI

Il REIKI è un antichissimo metodo di trasmissione dell'energia cosmica.