

# TALLER DE PROFUNDIZACIÓN: SRI YANTRA YOGA

Con Leticia Álvarez Taboada

Sábado 7 de Julio

Horario: De 10 a 14h

Inspirado en la sabiduría codificada y expresada en el símbolo tradicional de Sri Yantra nace este taller de 4 horas.

La práctica de Yoga en sus diferentes sendas y vertientes nos aporta equilibrio gracias a la unificación de los opuestos complementarios que va ocurriendo en cada un@ de nosotr@s. Vamos abriéndonos a conectar con un estado de claridad y creatividad interna, lo cual nos acerca a la comprensión del propio Dharma, así como al descubrimiento de la importancia del inmenso regalo de aprendizaje que recibimos a través de las manifestaciones del Karma, pudiendo así conectar con la belleza y la abundancia de la vida incluso ante las situaciones complejas de la misma.

Para la integración y comprensión de tal reflexión en nuestro propio fuero interno, nos entregaremos a la práctica de:

- **Âsana y Parayama.**
- **Meditación.**
- **Relajación Guiada.**

¿A quién va dirigido este taller? Este taller está abierto a cualquier practicante de Yoga, sea cual sea su nivel, que desee cultivar una relación más consciente y profunda con su propia práctica.

## PRECIO:

40€

## DÓNDE:

Anand Yoga  
C/ Luxemburgo, 2  
1a Planta, Európolis  
28232 Las Rozas  
Madrid

## RESERVA Y FORMA DE PAGO

Para solicitar plaza en el taller, escribenos un e-mail a [info@anadyoga.es](mailto:info@anadyoga.es)

Para formalizar tu reserva puedes realizar en efectivo o por transferencia el abono de 20€ antes del 1 de Julio de 2018.

En caso de elegir abono por transferencia ingresar la cantidad a:

**Banco Sabadell:** ES21 0081 5207 3500 0130 4441. Indicando en concepto, **nombre y apellidos y nombre del taller.**

Datos de la reserva a: [info@anadyoga.es](mailto:info@anadyoga.es) especificando nombre completo, e-mail y teléfono.

