

L'Ayurveda dei Laghi in collaborazione con



propone

Conoscere l'Ayurveda

Ciclo di incontri per conoscere l'antica Medicina Indiana

Introduzione all'Āyurveda

Conduce:

Federica Soana

Giovedì

21 febbraio 2019

ore 20.45 - 22.00

Mi muovo nell'infinito potere della Natura. Custodisco il fuoco dell'Anima.

Custodisco la vita e la guarigione. Rig Veda

Per Info & prenotazioni
Federica Tel. 3475374132
layurveda@laghi@gmail.com
Chiara Tel. 3482979935
info@yogapurnima.it

INTRODUZIONE ALL'AYURVEDA

Il primo di un ciclo di incontri per conoscere l'antica Medicina Indiana e comprendere come essa possa integrarsi nella nostra vita quotidiana. Una medicina millenaria che si occupa non solo di curare sintomi e patologie, ma di prevenire le malattie e di mantenerci in salute, ponendo attenzione al fisico, alla mente, allo spirito e anche all'ambiente in cui si vive. L'Āyurveda insegna come mantenersi sani e forti durante l'anno e durante i cambiamenti stagionali. Lo scopo dell'Āyurveda, dunque, è guidare l'individuo verso la conoscenza della propria natura e, attraverso i suoi rimedi, ricondurlo al suo spontaneo stato di salute.

L'INCONTRO SI TERRÀ PRESSO

**LO STUDIO YOGA PURNIMA
VIA SUOR LUIGIA GRASSI, 7 PAVIA**

E' gradita la **prenotazione** entro il giorno prima

L'ingresso è con offerta libera e consapevole*

LFederica Soana è terapeuta Ayurvedica diplomata presso la scuola quadriennale di Medicina Ayurvedica "Ayurvedic Point" di Milano e ha conseguito due anni di formazione presso l'Āyurveda Nursing Home SNA Oushadhasala di Trisshur, India. Opera come terapeuta Ayurvedica a Pavia presso Yoga Purnima ed in altre sedi.

* *Le offerte verranno destinate agli Orfanatrofi Sanjeevani Samithi nel Kerala, India, ai progetti di servizio promossi dall'Associazione l'Āyurveda dei Laghi e dall'Associazione Ayurville.*