

YOGA NEL BOSCO

Formazione per insegnanti di yoga in ITALIA

Data- 1 giugno-22 giugno (22 giorni/21 notti)

con Swami Sachidanand

Instagram- [@dvineyoga](#)

Facebook - [Dvineyog](#)

E-mail: artdivineyoga@gmail.com

Numero di telefono - +91 99972 24320

Giornate di Asana e Filosofia Yogica con accompagnamento musicale di Yari Carrisi.

[@yaricarrisipower](#)

Cucina naturale di Marici con amore e sapore del Mediterraneo, ayurvedico e macrobiotica.

Alle tenute Al Bano in Puglia

[@tenutealbano](#)

Incontro e concerto finale

aperta al pubblico presso il Teatro Paisiello di Lecce

Info e prenotazioni tel. 334/9118922.

Prezzo:

Camera condivisa: 2900€

stanza privata: 3200€

PIANO:

18:00 Meditazione e Pranayama

7.00 Asana Yoga

8.00 Colazione naturale

9.00 Filosofia nel bosco

10:30 Sanjeevni Krya

13.00 Pranzo Ayurvedico Mediterraneo

14:30 YogaNdra

16:00 Yoga Asana

19:15 kirtan

20.00 Cena Mediterranea Ayurvedica