

KRIYA YOGA DE BABAJI - 1A INICIACIÓN



El Pilar / Canelones / Uruguay

El Kriya Yoga de Babaji es un conjunto de prácticas que, de forma consistente, construye un camino hacia tu fuente profunda de alegría, calma y belleza.

En este fin de semana aprenderás las técnicas esenciales del Kriya Yoga:

- 18 ásanas, posturas para la relajación, la energización y la salud del cuerpo físico
- 6 fases del kriya kundalini pranayama, técnica respiratoria para armonizar la energía sutil
- 7 dhyanas, para limpiar el subconsciente, enfocar la mente y elevar la conciencia

Fechas

- 15 de agosto, de 20:00 a 21:30 h: Charla introductoria, abierta a los interesados
- 16 y 17 de agosto, de 9:00 a 18:00 h: Seminario

Lugar

- Espacio Shiva / El Pinar / Canelones / Uruguay

Inscripciones e información (por whatsapp)

- (5511) 9-9600-8970 (Annapurana Ma) / (5511) 9-9020-9669 (Ganapati)
- (598) 99-957-779 (Silvia Copello)

Profesores (acharyas)

- Annapurna Ma y Ganapati ofrecen iniciaciones en Brasil, Argentina y Colombia, y conducen grupos de estudiantes de Kriya Yoga a lugares sagrados en India. Ganapati (José Tadeu Arantes) es periodista y autor de libros sobre espiritualidad, Annapurna Ma (Márcia Micheli) es profesora de yoga, terapeuta y chef de cocina vegetariana