



MEDITAZIONE SUL MONTE VEROLA

Con lo yogi Dada Shubatmananda

Corte Boselli - via Case Bodini 13 – Mozzano di Neviano degli Arduini (PR)

www.corteboselli.it

Domenica 28 maggio 2017

Per persone iniziate: ore 9,30 Akanda Kiirtan di 3 ore, meditazione e pranzo condiviso (ognuno porta qualcosa)

Per persone nuove: ore 10 Lezione di Filosofia con Dada, come controllare la mente – ore 11,30 Asanas, rilassamento e introduzione alla meditazione, pranzo vegetariano senziente collettivo

Al pomeriggio: tempo libero, rilassamento, passeggiate, domande e risposte...

Escursione collettiva con guida sul Monte Verola (m. 850 slm) Kiirtan e meditazione in vetta.

Portare abbigliamento da trekking, acqua e un panno per gli esercizi a terra

Per le persone nuove Euro 20, per iniziati offerta libera

Come arrivare in auto: in autostrada uscita Parma Centro, prendere la tangenziale, uscita 15 Langhirano / Tizzano, dopo circa 30 Km si attraversa un ponte sul torrente Parma, a sinistra Mozzano / Neviano, dopo circa 7 Km a sinistra Mozzano, dopo 2 Km a destra Case Bodini - **per il treno:** prendere preventivi accordi)

Prenotazione obbligatoria entro gio. 25 (posti limitati) tel. 338 2706837 (Giacomo)

Il ricavato andrà a favore dei terremotati di Amatrice

info@amurt.it www.amurt.it www.amurt.net

