

VareseNews

Shiatsu e meditazione alla cooperativa di Belforte

Pubblicato: Martedì 1 Marzo 2005

Attraverso il controllo dell'energia vitale mediante il respiro (**Pranayama**) la meditazione è la scienza che insegna a riunire l'anima allo spirito. L'anima manifesta la sua coscienza e forza vitale attraverso sette chakras o centri di luce situati sull'asse cerebrospinale dell'uomo. La Meditazione ne risveglia la coscienza e i vari stadi progressivi di questo risveglio sono accompagnati da un continuo espandersi di pace e gioia interiori.

Il corso di terrà alla **cooperativa di Biumo e Belforte**

Orari : dalle 20,30 alle 21,30 –

Viale Belforte, 165 a Varese

min. 8 persone max 20

Questo corso si riproporrà a richiesta

Conduttore : Ezio Bianchi

Cell. 335/6006217

.....

Sempre in collaborazione con la **cooperativa di Biumo e Belforte** si organizza un corso di **Shiatsu** . Per informazioni e iscrizioni: **venerdì 18 Marzo, alle ore 21**, si terrà una serata di presentazione libera a tutti

Sede Scuola tel. 039.2848533

assistente al corso:

Tiziana Torrente Tel.368/255231

In questo corso quindi “si impara a respirare” ed a rilassarsi profondamente.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it