

A Codogno presso:
STUDIO ASSOCIATO VERANI
Via Dante, 14

Lunedì 19:30 - 20:45
20:45 - 22:00

Martedì e venerdì 19:00 - 20:15
20:15 - 21:30

A partire da Ottobre 2018, il primo
mercoledì del mese 19:30 - 21:00
"dal corpo alla mente", gli aspetti sottili dello
yoga. Meditazione - Dhyana

A Roncaglia presso:
EX-SCUOLA ELEMENTARE
Via Caorsana
Giovedì 20:00 - 21:15

Per informazioni: Carmen Rancati
Cel. 349-3623694

www.laforzadelloyoga.it



YOGA RATNA

IL GIOIELLO DELLO YOGA

Corsi per tutte le età,
pre-parto,
yoga-terapia individuale,
simbologia e filosofia,
ascolto del respiro e
consapevolezza della sua energia-prana,
meditazione,
silenzio....

in un cammino che va dalla terra/corpo
verso il cielo/mente

Lo yoga affonda le sue radici in tempi lontanissimi, esiste da sempre, ed il suo insegnamento porta equilibrio ed armonizza tutti i piani dell'essere umano, sia a livello fisico, sciogliendo le tensioni del corpo, sia ad un livello più sottile, portando serenità in una mente troppo affollata...

Fare yoga è restare nel presente, perché il presente è l'unico tempo di cui possiamo disporre totalmente, è rispettare se stessi e gli altri, è fondersi nell'universo...

Carmen Rancati inizia una ricerca interiore negli anni '80 affrontando così un viaggio all'insegna dell'esoterismo, di ciò che è nascosto, e negli anni '90 incontra la via dello Yoga....l'unione tra il visibile e ciò che si può soltanto immaginare.

Si diploma insegnante presso la prestigiosa scuola YOGARATNA di Piacenza, diretta dall'illustre maestra Gabriella Cella, e propone la sua esperienza a tutti coloro che intendono percorrere questa meravigliosa via dello Yoga, una via che rende liberi

Grazie per l'attenzione.



Carmen Rancati



"SUPTA VIRASANA", IL RIPOSO DELL'EROE