

INTERNATIONAL YOGA DAY

PARCO URBANO DI FORLÌ
MARTEDÌ 21.06.2016 dalle 17,30

con il Patrocinio del



con il Patrocinio del



Comune di Forlì



Due sessioni **GRATUITE** di pratica per celebrare la **GIORNATA MONDIALE DELLO YOGA a FORLÌ!**

Nel giorno del solstizio d'estate, si celebra la **Giornata Mondiale dello Yoga (International Yoga Day)**. Anche Forlì, per un giorno, sarà un gigantesco "Ashram all'aperto" che accoglierà, in forma **LIBERA e GRATUITA**, tutti gli interessati nel luogo più bello e centrale della città: il nostro **PARCO URBANO**. Animeranno l'iniziativa gli insegnanti che hanno dato vita alla proposta, presentando alcune delle attività di questo magnifico poliedro: **pranayama (tecniche di respirazione), asanas (posizioni), vinyasa (combinazioni armoniche di asana e pranayama), mantra e kirtan (canti devozionali)**.

2 APPUNTAMENTI:
il primo a partire dalle 17.30
il secondo a partire dalle 19.00

Sarà possibile, per chi lo desiderasse, partecipare ad entrambe le sessioni. Saranno presenti alcuni amici musicisti che accompagneranno l'evento: un avvenimento festoso, un'esperienza di condivisione emozionante ed arricchente per celebrare ed onorare questa millenaria pratica! *Namasté.*

"Lo yoga non è un modo di fare. Lo yoga è un modo di ESSERE." Sri Aurobindo

L'evento è promosso, animato e condotto dalle associazioni: **ATMAN YOGA Forlimpopoli e Cesena, Centro YOGA NATARAJA Forlì, Centro YOGA SAT SANG Forlì, SURYA CHANDRA YOGA Forlì e Centro YOGA VĀYU Forlì.**

