



atman
दन्तरो पुराहा

ORARI DEI CORSI 2018/2019

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI
		10.00-12.00 Yoga Atman Shala	
	15.30-17.30 Yoga Atman Shala		13.00-14.15 Hatha Yoga Atman Shala
17.30-19.30 Yoga Atman Shala	17.30-19.00 Shivaismo InFusion	17.30-19.00 Yoga Nidra Atman Shala	17.30-19.15 Gestanti Atman Shala
18.00-19.00 Meditazione InFusion	17.30-19.30 Tantra Atman Shala		19.30-21.30 Tantra Sala Kaula
18.00-20.00 Yoga Punto Bio			19.30-21.30 Yoga Atman Shala

Indirizzi delle Sedi:

ATMAN SHALA & INFUSION: Salita della Tosse 9r (da Via S. Vincenzo)

SALA KAULA: Via Volta 25/12 (di fronte al Galliera)

PUNTO BIOCENTRICO: Piazza Cavour 75r (Porto Antico)

Riduzione del 20% per Studenti, Disoccupati e Familiari

La prima lezione è sempre gratuita



CALENDARIO CORSI 2018-2019

I corsi avanzati di Yoga e Tantra iniziano da Lunedì 10 Settembre 2018.

I corsi di Yoga del I anno iniziano a partire da Giovedì 13.9

I corsi di Tantra del I anno iniziano a partire da Giovedì 20.9

Il corso di Yoga in Gravidanza inizia Giovedì 13.9

Il corso di Meditazione inizia Lunedì 1.10

Il corso di Shivaismo del Kashmir inizia Martedì 2.10

Il corso di Yoga Nidra inizia Mercoledì 3.10

Pausa di Natale: da Venerdì 21.12 a Domenica 6.01.2019

Pausa di Herculane: da Giovedì 25.4 a Domenica 5.05.2019

I corsi terminano Giovedì 25 Luglio 2019

SEMINARI 2018-2019

Oltre ai corsi settimanali si tengono mensilmente incontri ad offerta libera riservati ai soci:

Tantra per Donne (Gruppo Shakti)

Tantra per Uomini (Gruppo Vira)

Atman Sangha (approfondimenti per yogi e yogini in cammino)

Candle Yoga

Yoga in Coppia

Yoga per Bambini 6-12 anni

QUOTE ANNUALI

500€ (250€ I rata a inizio corsi e 250€ II rata entro il 28.02.2019)

400€ per studenti, disoccupati e familiari.

Al primo anno di corsi è possibile pagare mensilmente: 50€/40€, dopo aver versato la quota di iscrizione annuale di 30€.

Per chi frequenta più di un corso, tra Yoga, Tantra e Shivaismo, il secondo viene al 50%.

I corsi di Meditazione e Yoga Nidra hanno un contributo di 50€ all'anno per chi già frequenta Yoga, Tantra o Shivaismo.

Si possono frequentare tutti i corsi del proprio anno e di quelli inferiori.

CONTATTI

010 9970835 | 328 5828640 | 349 6895608

genova@yoga-integrale.it | web: yoga-integrale.it | Fb: [YogaAtman](https://www.facebook.com/YogaAtman)

Scuola Internazionale di Yoga, Tantra e Meditazione ATMAN