

# Yoga: El arte del Ser

Con Leticia Álvarez

## ¿PARA QUIÉN?

Para tod@s aquell@s que deseéis disfrutar de una mañana de sábado dedicada al disfrute y al aprendizaje, así como cultivar una relación más consciente y profunda con vosotr@s mism@ y con vuestra práctica de Yoga.

## ¿EN QUÉ CONSISTE?

- **Filosofía Tántrica**
- **Âsana y Prāṇāyāma.**
- **Meditación.**
- **Relajación Guiada.**

Se trata de un ciclo de **3 Sesiones**:

- **Sábado 20 de Octubre de 10 a 14h:**

**El Cuerpo: Vehículo de la existencia.**

- **Domingo 11 de Noviembre de 10 a 14h:**

**La Mente: Creadora de la Experiencia.**

- **Sábado 15 de Diciembre de 10 a 14h:**

**La Consciencia: El Origen.**

## PRECIO:

Sesión suelta 40€ / 3 Sesiones 90€

## ¿DÓNDE?

C/ Linneo, Madrid

## RESERVA Y FORMA DE PAGO:

- **Pago en efectivo** y de forma completa el día de la 1ª sesión si vas a asistir al ciclo completo de 3 sesiones.
- **Imprescindible reservar:** plazas limitadas, para reservar la tuya escribe un **email a: [ledicia@bhairaviyoga.com](mailto:ledicia@bhairaviyoga.com)**