



MEDITAZIONE SUL MONTE FUSO

Con lo yogi Dada Shubatmananda

Corte Boselli - via Case Bodini 13 – Mozzano di Neviano degli Arduini (PR) www.corteboselli.it

Domenica 26 giugno 2016

Per persone iniziate: ore 9,30 Akanda Kiirtan di 3 ore, meditazione e pranzo condiviso (ognuno porta qualcosa)

Per persone nuove: ore 10 Lezione di Filosofia con Dada, come controllare la mente – ore 11,30 Asanas, rilassamento e introduzione alla meditazione, pranzo vegetariano senziente collettivo

Al pomeriggio: tempo libero, rilassamento, passeggiate, domande e risposte...

Escursione collettiva con guida sul Monte Verola (m. 850 slm) o Monte Fusso (m. 1.117 slm) –secondo la scelta del gruppo-
Kiirtan e **meditazione in vetta.**

Portare abbigliamento da trekking, acqua e un panno per gli esercizi a terra

Per le persone nuove Euro 20, per iniziati offerta libera

Come arrivare in auto: in autostrada uscita Parma Centro, prendere la tangenziale, uscita 15 Langhirano / Tizzano, dopo circa 30 Km si attraversa un ponte sul torrente Parma, a sinistra Mozzano / Neviano, dopo circa 7 Km a sinistra Mozzano, dopo 2 Km a destra Case Bodini- **per il treno:** prendere preventivi accordi)

Prenotazione obbligatoria entro mer. 22 (posti limitati) tel. 338 2706837 (Giacomo)

Il ricavato andrà a favore del progetto "Accendi una luce contro la tratta..." inserimento sociale di donne nigeriane di strada
info@amurt.it www.amurt.it www.amurt.net

