

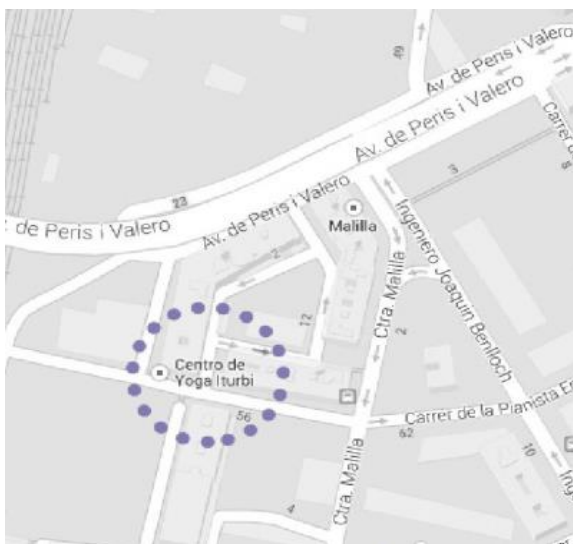


- Se entregará Certificado de Asistencia
- Plazas limitadas

Rogamos puntualidad para no entorpecer la dinámica de las prácticas.

Las personas que no podáis venir el viernes, notificarlo para planificar el inicio del curso.

Personas fuera de Valencia, avisar con tiempo, para hacer la reserva de un Hotel o Albergue cerca del Centro de Yoga.



Contacto:

Teresa Sánchez Fernández
610 374 996
C/ Pianista Amparo Iturbi 47, bajo
46006 Valencia
centroyogaitubi@gmail.com
www.centroyogaiturbi.com

Seminario de yoga Introducción al KUNDALINI-TANTRA

Teoría y Práctica

dirigido por

Swami Digambarananda
(Danilo Hernández)

Autor del libro "CLAVES DEL YOGA"
www.yogabindu.net

Valencia
29,30 Y 31 de mayo de 2015

Organiza:



Danilo Hernández (Swami Digambarananda)

Discípulo de Sw. Satyananda y Sw. Niranjananda de la Bihar School of Yoga de Munger (India).

Reconocido como Yogacharya en 1993. Imparte clases de yoga en Madrid desde hace más de treinta años.

Dirige cursos regularmente en otras ciudades españolas y en Sudamérica.

Es autor del libro "Claves del Yoga".

Director de Bindu Escuela de Yoga Chamartín (Madrid).

Presentación

Según el Tantra, el Universo y el individuo son Uno.

No hay separación entre el ser universal y el ser individual. Lo mismo que existe en el macrocosmos está en el microcosmos y a ambos los gobiernan las mismas fuerzas.

El Tantra afirma que la única manera de llegar a esa verdad es la Realización o "conocimiento experimental".

Sw. Satyananda Saraswati

El Tantra es la madre del Yoga y el Kundalini Yoga su primogénito. Esta vía del Yoga es la más directamente relacionada con el despertar Kundalini (energía que yace latente en la raíz de la columna vertebral).

Trabaja sobre la activación de los siete chakras más importantes, situados a lo largo de la espina dorsal.

El despertar de los chakras va induciendo progresivamente niveles superiores de consciencia.

Cuando Kundalini completa su ascenso desde el chakra base (muladhara) hasta el chakra superior (sahasrara) se consume el estado de Superconsciencia (samadhi).

Para despertar Kundalini se utilizan las herramientas del Hatha Yoga (asanas, pranayama, bandhas, mudras), los mantras, la visualización y la meditación.

Temario

- La filosofía del Tantra
- El Kundalini Yoga Clásico
- La psicología de los Chakras
- La práctica del Kundalini Yoga
- Los Upayas (métodos yóguicos)
- La Meditación en el Tantra

Aportación

Precio normal 148 € (Alumnos del Centro 140 €)

El importe del seminario se abonará en la recepción de Yoga Iturbi o ingresando una señal de 48 € en el número de cuenta:

Tríodos **1491 0001 20 2003039829**

- Contactar con Yoga Iturbi para confirmar plaza.
- Solo cuando se reciba la notificación del ingreso se reservará la plaza.
- Una vez realizada la transferencia, comunicarlo al Centro o enviar el resguardo por e-mail a centroyogaiturbi@gmail.com

Horario:

Viernes día 29: de 19 a 21 h.

Sábado día 30: de 10 a 14 h. y de 16:30 a 20:30 h.

Domingo día 31: de 10 a 14 h.

Traed cuaderno y bolígrafo y los accesorios necesarios para la práctica de Yoga.