

TRATTAMENTI

Ayurveda

Saggezza indiana per prevenire l'insorgere di malattie nel corpo.

Una scienza medica nata in India oggi utilizzata anche in Occidente.



Il trattamento è il risultato di un'attenta analisi delle esigenze dell'essere nella sua complessità e viene effettuato dopo uno studio specifico dell'individuo, con oli e polveri ayurvediche, dal tecnico certificato.

In estate una suggestiva sala immersa nel verde, in inverno una accogliente sala ispirata alla regione indiana del Kerala.

Prenota subito il trattamento più adatto a te!



ASTI



FRAZIONE SERRAVALLE

*Ritrovare in se stessi
stabilità e benessere*



www.kundalinidharma.it

KUNDALINI DHARMA A.S.D.

Centro Yoga e Ayurveda

Tel: [+39 348 8962700](tel:+393488962700) e-mail: info@kundalinidharma.it

Frazione Serravalle 187 - 14100 Asti

Lezioni online Zoom ID 2323046170

 Kundalini Dharma

 kundalinidharma_official

CORSI DI Hatha Yoga

La pratica Yoga porta alla conoscenza di se stessi. Fa raggiungere un benessere fisico ed emotivo che dona maggiore stabilità ed equilibrio. Percepire l'unione di corpo, mente e spirito migliora la qualità della nostra vita e dei nostri rapporti.



YOGA & AYURVEDA Week end

Con l'inizio della bella stagione si organizzano weekend residenziali Yoga e Ayurveda presso la nostra sede, immersi nelle colline del Monferrato.



CORSI DI Yoga in gravidanza

Con la pratica di Yoga in gravidanza, si accompagnano la mamma e il bambino ad un ascolto più profondo per raggiungere un'unione armoniosa durante l'attesa. Praticare Yoga durante la gestazione migliora l'equilibrio della mamma e aumenta il contatto con il bambino attraverso l'apprendimento delle tecniche di respiro.



LE LEZIONI SETTIMANALI

Hatha Yoga

Lunedì e Mercoledì
19.00 - 20.30

Yoga in Gravidanza

Giovedì
17.30 - 18.30

Yoga terapia

Venerdì
18.00 - 19.00

Organizziamo **viaggi Yoga on the road** in cui sperimentiamo la condivisione di gruppo con pratiche Yoga, escursioni, terme nel bosco e alimentazione bio. Un'esperienza per ritrovare equilibrio, benessere e gioia di stare insieme.



Cosmesi

Seminari di Cosmesi naturale per la preparazione di saponi solidi a freddo, saponi liquidi, colluttori, creme mani, oli viso, corpo capelli e profumi naturali.



◆ Gli insegnanti del nostro centro sono diplomati all'I.S.Y.C.O. di Torino, praticano la Sadhana impartita dal Maestro Walter Frolidi, discepolo diretto di Swami Satyananda Saraswati. La nostra filosofia si ispira a lui e a tutta la discendenza dei grandi Maestri.

