



# LEZIONI DI AMRITA YOGA

Amrita Yoga, ha un approccio completamente nuovo per comprendere la pratica dello yoga, basato sulla filosofia di Amma "Vivere dal Cuore". Lo stile di insegnamento, ha lo scopo di riflettere la semplicità e l'umiltà di Amma e aiuta a trasformare la vita all'insegna dell'amore e dell'attenzione consapevole.



## Orari delle lezioni:

sabato 9 novembre dalle 16:30 alle 18:00

domenica 10 novembre dalle 11:30 alle 13:00

e dalle 17:00 alle 18:30

lunedì 11 novembre dalle 11:30 alle 13:00

[www.amma-italia.it](http://www.amma-italia.it)  
[www.amritayoga.com](http://www.amritayoga.com)

è necessario iscriversi presso il tavolo "Info India" in sala darshan