



MERCOLEDÌ 20 GIUGNO 2018

Dalle ore 19:30 alle ore 20:30

“BENVENUTA ESTATE”

4° INCONTRO GRATUITO

RITUCHARYA – REGIME DELLE STAGIONI IN AYURVEDA

“La qualità delle nostre decisioni quotidiane e stagionali governa la qualità della nostra vita”

Swami Joythimayananda



Con Roberta Felici (operatore Ayurveda)

In questo incontro verranno affrontati i seguenti temi:

- ✓ Introduzione all’Ayurveda
- ✓ La routine giornaliera
- ✓ Disturbi stagionali ESTIVI (Grishma)
- ✓ I consigli dell’ayurveda per affrontare al meglio la stagione ESTIVA



A.s.d. Pensare con il corpo

Cell. 324.7741063 email: pensareconilcorpo@gmail.com

Viale di Porto 399 Maccarese (Rm)

www.pensareconilcorpo.jimdo.com