



**GIOVEDÌ 28 SETTEMBRE 2017**

**Dalle ore 19:30 alle ore 20:30**

**“BENVENUTO AUTUNNO”**

**1° 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 AUTUNNALI (Sharada)
- ✓ I consigli dell' ayurveda per affrontare al meglio la stagione AUTUNNALE



*A.s.d. Pensare con il corpo*

Cell. 324.7741063 email: [pensareconilcorpo@gmail.com](mailto:pensareconilcorpo@gmail.com)

Viale di Porto 399 Maccarese (Rm)

[www.pensareconilcorpo.jimdo.com](http://www.pensareconilcorpo.jimdo.com)