



Kriya Yoga Retreat 3/4/5 Maggio 2024_Borgo Zen



Venerdì 3 Maggio

17.00 Arrivo e sistemazione camere

17.50 Pratica semplice di Natha

19.00 Meditazione breve (45')

20.00 Cena leggera

21.00 Satsang e breve Kirtan

Sabato 4 Maggio

6.00 Meditazione

8.00 Colazione

9.30 Iniziazione ai Kriya Superiori

10.30 Esercizi Naya Yogoda

11.00 Iniziazione al primo Kriya

13.00 Pranzo leggero

16.00 Satsang sul Kriya Yoga

17.45 Pratica Natha

19.00 Meditazione breve (45')

20.00 Cena leggera



21.00 Kirtan

Domenica 5 Maggio

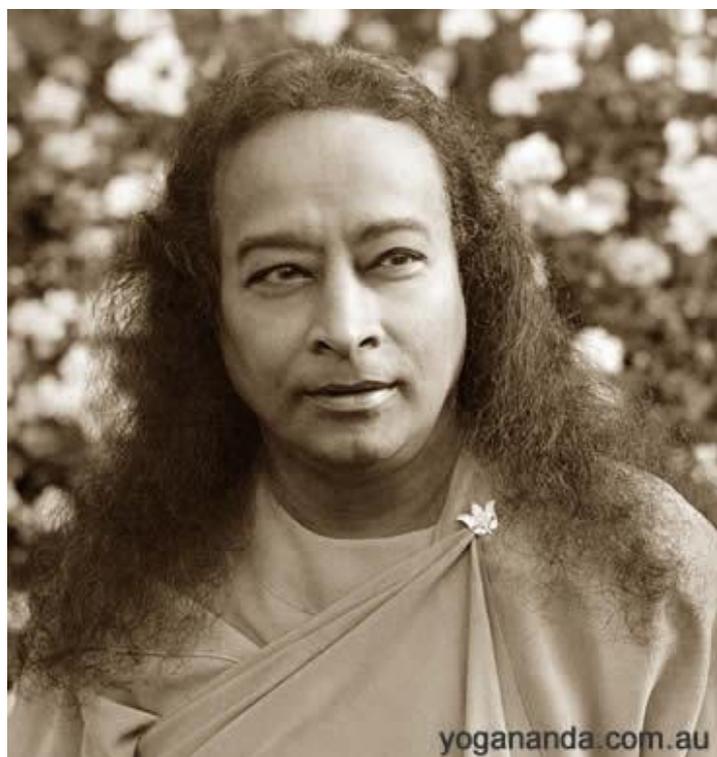
6.00 Meditazione

8.00 Colazione

10.00 Satsang

11.00 Natha e breve meditazione

13.00 Pranzo e saluti



Per prenotarsi scrivere a:

iscrizioni_info@kriyayogaashram.com; giovanni.formisano@kriyayogaashram.com

Costi dell'intero retreat, tutto compreso:

Camera singola 370,00

Camera doppia 320,00

Camera tripla 300,00