

**VII Seminario residenziale in Val d'Aosta giugno 2017
(Ostello di Arpi)**

***"L'arte di lasciarsi cadere nel vuoto,
una via al sé"***

Seminario intensivo di Raja Yoga e satsang

dal 22 giugno (sera) al 25 giugno (dopo pranzo)

Orientativamente, questo il programma:

- **22 giugno giovedì**

Arrivo presso l'Ostello di Arpi entro le 19.30 (e' possibile arrivare anche in mattinata o nel pomeriggio). Dopo cena, presentazione del seminario e spazio di meditazione.

- **23 e 24 giugno**

h. 07.15 - 08.15 meditazione (consigliata, ma facoltativa)

h. 09.30 - 12.00 pratica - riflessione – meditazione

pranzo, tempo libero a disposizione

h. 16.00 – 18.30 pratica - riflessione – meditazione

tempo libero a disposizione, cena

h. 21.00 – 22.00 condivisione

- **25 giugno**

h. 07.15 - 08.15 meditazione

h. 09.30 - 12.00 pratica - riflessione – meditazione

pranzo

Se il tempo lo consentirà sarà possibile fare pratiche all'aperto.

Il costo è di 300 euro e comprende: l'insegnamento, la sistemazione in camere doppie o triple con bagno (supplemento camera singola 20 euro al giorno) tutti i pranzi e le cene a partire dalle 18.00 del giorno 22 al giorno 25 h. 15.00 come indicati nel programma.

Per altre informazioni Maurizio Angeloni 327 0008351