



EL YOGA DE NIGUMA

Niguma, consumada yoguini del siglo décimo, fue una mujer adelantada a su tiempo que dejó un extraordinario legado de prácticas internas y externas destinadas a un objetivo sublime: ¡Desvelar ese Ser completo y poderoso que en realidad eres!

El Yoga de Niguma propone un sistema yóguico único, aporta un estudio muy especial del cuerpo sutil materializado en un conjunto de prácticas que culmina en una transformación profunda y real.

Un viaje profundo a través del sistema yóguico de Niguma, tras el cual, cobrará sentido tu práctica de yoga, elevando tus asanas al nivel de un verdadero sendero espiritual

IMPARTE: MARTA MOLL



Marta Moll es maestra de yoga clásico desde 1985 y en la actualidad formadora de la disciplina de Dharmayoga tibetano, método que divulga a través del Instituto Dharmayoga. Su enfoque se caracteriza por el reconocimiento y estudio del cuerpo sutil y su conexión con las emociones. Es la primera practicante española que obtiene la Maestría en Yoga Tibetano del Corazón.

28 Y 29 FEBRERO TARRAGONA

APORTACIÓN:120€

Lugar de celebración:
Centro Sadhana Dharma
C/ Apodaca 6, 1er C
INFORMACIÓN:
977 228 692 - 676 367 471
info@sadhanadharm.com

Horarios:

Viernes 28: De 19:00h a 21:00h

Sábado 29: De 10:00h a 13:00h

De 16:00h a 19:00h