



## Programa

- Presentación
  - Introducción y meditación. Conoce y conecta con la simbología de la energía femenina.
- La práctica de Bhaktí Yoga vinyasa consta de:
  - Āsana
  - Vinyasas solares y lunares
  - Mudrās
  - Símbolos y arquetipos de la Devi
- Los últimos 15 minutos, para dudas y comentarios.

Nota: taller introductorio al curso

“Activando la Diosa”

## Despertando a la Diosa que hay en ti

**Un trabajo interior de empoderamiento y activación personal.**

### Aprovecha el resurgir de la energía femenina

Hace muchos siglos, la diosa estaba presente en el corazón de los pueblos primitivos. Antes del patriarcado. Antes de los pueblos invasores

Prevalecía el equilibrio con la naturaleza. La energía femenina estaba en armonía con la energía masculina.

Los símbolos matriarcales no desaparecieron, quedaron ocultos y están resurgiendo.

Pensado para mejorar la autoestima

- Desarrollar la seguridad
- Amor interior
- Despertar la voluntad
- Elegir objetivos
- Superar obstáculos

Si eres mujer, ven a despertar la diosa que hay en ti.

Si eres hombre, atrevete a descubrir la diosa que hay en ti.

**Día y Hora:**

**Lugar:** Associació de veïns de Sant Josep, C/ Ebre, 18. Hospitalet de Llobregat

**Aportación:**

Para más información y para inscripción:

[info@yogasuryachandra.es](mailto:info@yogasuryachandra.es)