

Espaço Swásthya

puro yôga...

Ana Luísa Dias Paulo

Rua da Eira Nº 6 Casal D'Além 2560-058 A-Dos-Cunhados

www.espacoswasthya.pt 91 645 33 19

15 de Janeiro

Aula em dupla

Convide o seu parceiro a vir praticar consigo.

19 de Janeiro • 20h45m

Aula de Mentalização

"O homem semeia um pensamento e colhe uma acção.

Semeia uma acção e colhe um hábito.

Semeia um hábito e colhe um carácter.

Semeia um carácter e colhe um destino."

Swani Sivananda



Agenda Janeiro 2011

"Somos o que comemos e aquilo que pensamos"

21 de Janeiro

Noite de Cinema

Vamos soprar velas neste Dia aos nossos aniversariantes de Janeiro.

29 de Janeiro

Gourmet

Noite de Convívio.

Tema deste mês:

Ásana, Posição Física, Firme e Confortável.

Com grande Carinho,
Ana