

# Agenda Dezembro 2009

**“Conhecimento, a jóia mais valiosa que se pode oferecer a alguém.”**

**Ana Paulo**

***Durante o mês de Dezembro reencaminhe o flyer virtual aos seus amigos e conhecidos.***

***Gratuidade em duas aulas experimentais com os horários condicionados ao sábado das 12 às 13 h, ou então segundas e quintas das 11,30 às 12,30. 50 % De desconto na matrícula.***

***Depois destas duas aulas nestes horários os praticantes podem se integrar em outros horários.***

## **12 De Dezembro**

Aula de aprofundamento Cultural (requer inscrição)

Início às 14,00

Encerramento 19,30

### **Para participar:**

Responder ao questionário do Yôga a serio.

Leitura do “Eu me Lembro”, Mestre De Rose.

Para maior compreensão desta aula, sugere-se também a leitura do livro “ Quando é preciso ser Forte”, do Mestre DeRose.

Se não participou na aula passada poderá participar nesta gratuitamente, caso já o tenha feito, não há gratuidade nas seguintes.

## **16 De Dezembro, Quarta-feira, 20.30**

**Aula de Mentalização de Natal.**

**Venha apreender a aumentar o seu poder de concentração e descobrir por si a sua capacidade de foco. Participe nesta aula Especial de Natal. Todos juntos com o mesmo**

objectivo, na mesma direcção:)

## 20 De Dezembro

Festa de Natal: 15.00 horas

Troca de Prendas: Amigo oculto

Lanche partilha

Fechamos, dia 24 á tarde, (aulas funcionam só de manhã, neste dia) e dia 25 (dia de Natal).

**Encerro para férias entre 30 de Dezembro e 3 de Janeiro de 2010**

(De quarta a domingo estaremos fechados para descanso)

Procure compensar as suas aulas na semana anterior ou posterior.

**Voltamos segunda-feira dia 4 de Janeiro 2010.**

A Instrutora,

**Ana Paulo**