

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

3 de Junho • Feriado • 10h30m Aula na praia de Santa Rita.

De frente à praia para o lado esquerdo do bar Portal.
Aberto a todas as turmas. Se chover será no Espaço SwáSthya, às 10h30m e às 11h30m.

10 de Junho • Feriado • 10h30m Aula na praia de Santa Rita.

De frente à praia para o lado esquerdo do bar Portal.
Aberto a todas as turmas. Se chover será no Espaço SwáSthya, às 10h30m e às 11h30m.

16 de Junho • 20h30m Aula de mentalização.

Para esta aula, uma flor, um fruto, um salgado para as mulheres, um doce para os homens!
A aula nunca começa antes das 20h40m mas não se atrase!



Agenda Junho 2010

"É a entrega à vida que produz a nossa "magia" de sermos verdadeiros humanos, e é a capacidade "mágica" que nos leva a ser pequenos "deuses."

(Ana Paulo)

18, 19 e 20 de Junho Festival (Formação), Viseu.

Neste sábado 19 não haverá aulas, Aproveite todos os momentos que promovo aos fins-de-semana para estar junto comigo, é uma forma de vos compensar das minhas ausências que faço para formação.

SwáSthya em todos os momentos!

Nos momentos que passamos na rua desfrutamos e aprendemos coisas que dentro da sala de prática às vezes não é possível ensinar.

Vivemos num sítio espectacular, vamos desfrutar daquilo que temos à nossa volta! Vamos agradecer esta liberdade, todo este prána, toda a magia que a nossa beira litoral tem!

Durante o mês de Junho aos domingos faremos passeios matinais, eu vou avisando, há medida que tenho disponibilidade para o fazer!

24 de Junho (Quinta-feira) • 20h00m Professor Ricardo Mallet connosco para mais um Curso, "Focalize"!

Aproveite para investir em conhecimento e ao mesmo tempo desfrutar da companhia deste elemento da nossa egrégora que me cativou desde o primeiro instante que o conheci, alguns anos atrás!

E assim este mês vai chegando ao fim, seja um verdadeiro "guerreiro" SwáSthya em todos os momentos da sua vida, sabe que pode contar com o nosso apoio Sempre! Saiba que nunca está sozinho, a nossa egrégora acompanha-o para onde quer que vá!

Força!

Com grande Carinho,

Ana