



**YOGĀNANDA ASHRAM**  
**SEMINARIO DI YOGA**  
**Dal 29 maggio al 1° giugno 2025**

**SEDE: “BORGO ACQUA PAOLA Olistic Retreat”**

**Viale del Micciaro 11/b**

**00062 Pisciarelli, Bracciano – ROMA**

Lo Yogānanda Ashram è lieto di informare che il tradizionale **SEMINARIO di YOGA** quest'anno si terrà presso **“BORGO ACQUA PAOLA dal 29 maggio al 1° giugno 2025.**

Lo *yoga* è un **metodo** che consente di integrare tutti gli aspetti della natura umana in uno **status unitario e armonico.**

Lo *yoga*, che è **“abilità nell'agire”** (BG. II,50), è piuttosto una pratica che una teoria; è un'esperienza concreta e non una dottrina che appaghi solo l'intelletto. Esso è l'antidoto perfetto e naturale a tutti i problemi e difficoltà che assillano la vita dei nostri giorni ed è uno strumento valido per sfuggire all'ansia e alle tensioni.

Nei tre giorni di pratiche yoga, esploreremo tecniche di Hata Yoga, Kriya Yoga, Pranayama e meditazione per raggiungere uno stato di armonia interiore ed esteriore. Un viaggio nel benessere per riportare in equilibrio corpo, mente e spirito.

**QUOTA A PERSONA IN PENSIONE COMPLETA PER 3 GIORNI 300€**

**Per partecipare è necessario prenotare versando un anticipo di € 100,00 entro mercoledì 15 aprile 2025**

Tutte le sistemazioni sono in appartamenti con bagno in comune

- 3 Miniappartamenti con 2 posti letto
- 3 Miniappartamenti con 3 posti letto
- 2 Appartamenti composti da 2 stanze doppie
- 1 Appartamento con 3 posti letto

**N.B.**

- **La disposizione nelle camere verrà effettuata cercando di soddisfare le eventuali richieste avanzate da ciascuno e in base all'ordine di prenotazione**
- **La struttura non è provvista di POS**