

Viikonloppukurssi Joogaopistolla 7.—9.6.2019

29. Kundaliinijoogakurssi: Ratkaiseeko raha?

Ohjaajat Taina Isotalo ja Tuija Koivunen

Kurssiohjelma

pe	17.00	Saapuminen opistolle. TERVETULOA!
	18.00	Päivällinen
	19.15	Tervetuloa opistolle / Joogaharjoitus
la	6.00	Aamusadhana
	7.30	Joogaharjoitus
	9.00	Aamiainen
	10.30	Raha, runsaus ja vauraus joogisesta näkökulmasta; jooga- ja meditaatioharjoitus
	13.00	Lounas
		Vapaata aikaa, ulkoilua, seurustelua
	16.00	Jooga- ja meditaatioharjoitus
	18.00	Päivällinen
	19.00	Sauna
su	6.00	Aamusadhana
	7.30	Joogaharjoitus
	9.00	Aamiainen
	10.00	Yhteenveto kurssista ja joogaharjoitus
	12.00	Lounas
		HYVÄÄ KOTIMATKAA!

P.S. Aamusadhanaa varten ota mukaasi vaalea, luonnonkuituinen huivi, pipa tai muu päähine