



Associazione di Promozione Sociale

**LA PAGODA**

**Calendario di *marzo* 2020**

[www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org) – [info@lapagoda.org](mailto:info@lapagoda.org) – 3293715815 – 328177796

5 per mille: CF n° 94003680512 – Offerte: C/C Postale 94381084



## *In Casentino*

### **La Pagoda** sede di Pieve a Socana

Loc. Quercia Grossa, 33 - 52016 Castel Focognano

#### **I momenti abituali di pratica**

[info@lapagoda.org](mailto:info@lapagoda.org), [www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org) – 3293715815, 3281767796

**Ogni sabato**

Ore 10.00-13.00  
Ore 16.00-18.00

**MedinYoga - Meditazione e Yoga con Rodolfo**  
**Meditazione di consapevolezza - letture e the**

**Ogni domenica**

Ore 16.00-18.00

**Meditazione di consapevolezza - letture e the**

#### **Eventi**

[info@lapagoda.org](mailto:info@lapagoda.org), [www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org) – 3293715815, 3281767796

**Sabato 21 marzo ore 10.00-13.00**

**Ascoltare, Ascoltarsi**

***Musica, Yoga e Meditazione di consapevolezza***

il linguaggio non verbale della musica con *Luigi Pettinari*

il linguaggio del raccoglimento di meditazione e yoga con *Rodolfo Savini*

dopo pranzo

**Proiezione di un documentario inerente la pratica**

# In Valtiberina

## **La Pagoda** sede di Anghiari

Corso G. Matteotti, 64 – 52031 Anghiari

### I momenti abituali di pratica

info@lapagoda.org, [www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org) – 3403965103, 3293715815

<b>Ogni martedì</b>	<b>Ore 18.00-19.30</b> <b>Ore 20.00-21.30</b>	<b>Yoga</b> , iniziare a conoscerlo <b>Yoga</b> , iniziare a conoscerlo
<b>Ogni giovedì</b>	<b>Ore 18.00-19.30</b> <b>Ore 20.00-21.00</b>	<b>Yoga</b> , iniziare a conoscerlo <b>Meditazione &amp; Letture</b>
<b>Ogni venerdì</b>	<b>Ore 19.00-20.30</b>	<b>Danzaterapia</b>

### Eventi

info@lapagoda.org, [www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org) – 3293715815, 3281767796

**Mercoledì 11 marzo ore 21.00-22.30**

## **Ascoltare, Ascoltarsi**

### ***Musica, Yoga e Meditazione di consapevolezza***

il linguaggio non verbale della musica con *Luigi Pettinari*

il linguaggio del raccoglimento proprio di meditazione e yoga con *Rodolfo Savini*

**Mercoledì 25 marzo ore 21.00-22.30**

## **Do-In**

### ***Tecniche di Automassaggio***

con *Luigi Pettinari*

***Si potranno verificare dei cambiamenti per necessità sopraggiunte:***

*info 3293715815; info@lapagoda.org, [www.lapagoda.org](http://www.lapagoda.org)*