

# Yoga Dinámico 7



## UN ESPACIO DENTRO DE TU MENTE.

*¿Qué me propongo realizar?*

*Activar en el cuerpo un estado de relajación profunda.*

*¿Cómo?*

*Amplificando la conciencia corporal a través de unos determinados ejercicios.*

*¿Para qué?*

*Para optimizar los principales sistemas del cuerpo y permitir el acceso a estados de meditación espontáneos, en donde percibes lo que eres en un nivel transpersonal; que significa “más allá” o “a través” de lo personal” y se refiere a las experiencias que trascienden la limitada sensación de realidad y permiten experimentar una realidad mayor y más significativa.*

**Profesor: Javier Gómez – Hur**

*“Mi investigación durante este tiempo en el Yoga y en el Reiki me lleva a proponer una metodología que denomino Yoga7 y que he desarrollado durante estos últimos años...” Ver web [www.yoga7reiki.es](http://www.yoga7reiki.es)*

**Los Martes y Jueves 18'30-20h. y 20-21'30 h.**

**Precio:**

– Con matrícula 80€ mensual 50€

– Sin matrícula 70€/mes - sujeto a disponibilidad de plaza