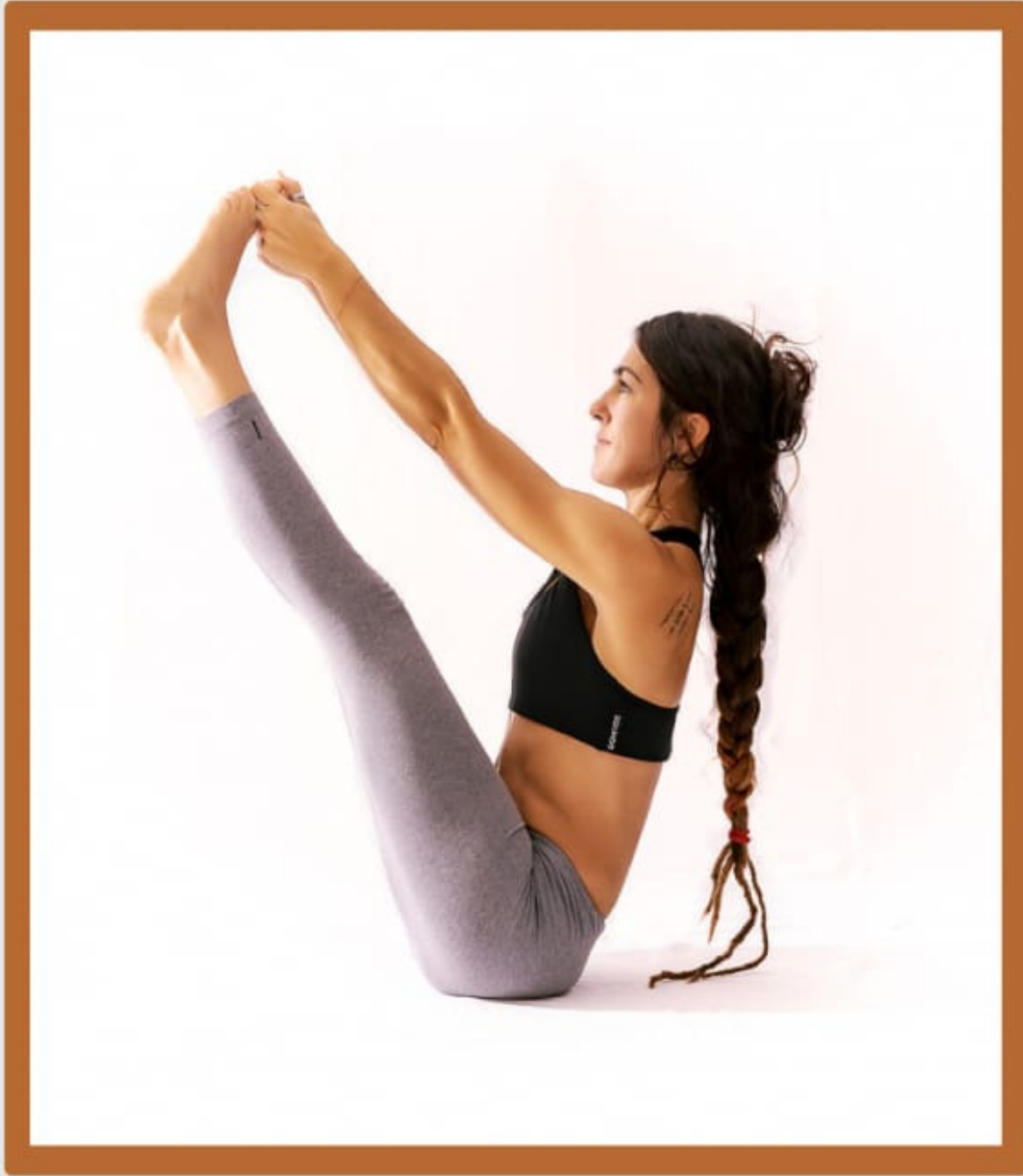


# TALLER DE YOGA

*Domingo 13 de febrero  
10:00 a 14:00 h*

## TIERRA



*Enraizar y plegarse*

*Nos conectaremos con la energía de la TIERRA, llevando a su vez la mirada hacia el INTERIOR. Conectaremos con la sensación de enraizamiento, de firmeza, desde la escucha y observación.*

*Imparte: Iasmina Balenciaga*

*Aportación: 50€*

94 603 22 19  
Gallanda kalea, 16



## AGUA



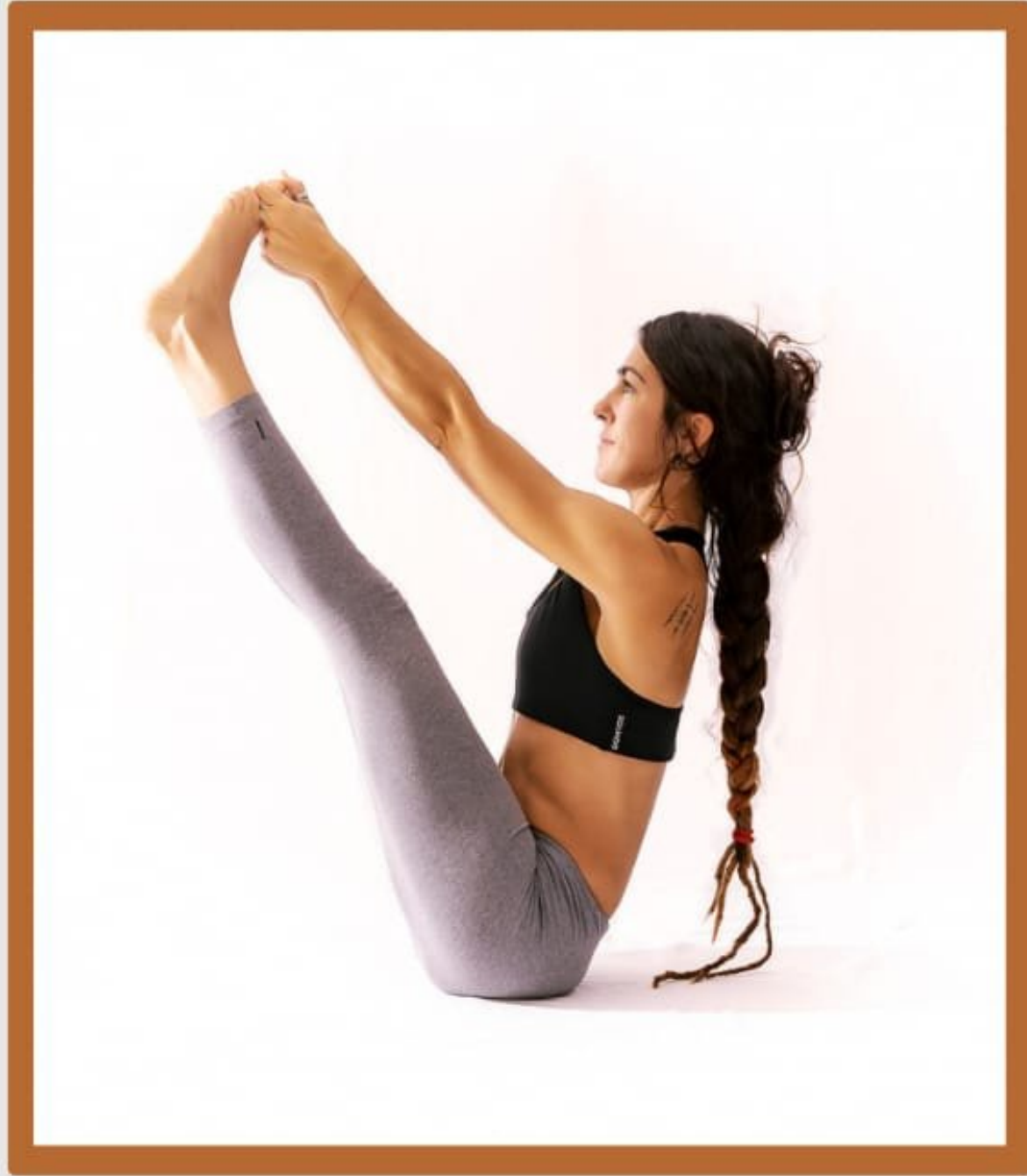
*Fluir y abrirse*

*Conectaremos con el elemento AGUA, con la fluidez física y mental. Crearemos espacio para que todo pueda fluir con mayor facilidad, en la esterilla y en la vida.*

688 766 199   
info@dharananda.com

# YOGA TAILERRA

## LURRA



*Sustraitu eta barneratu*

*LURRAREN energiarekin  
konektatuko dugu  
barne begirada landuz.  
Sustraitzearen irmotasunarekin  
egingo dugu bat,  
entzutea eta behaketaren bitartez*

*Irakaslea: Iasmina Balenciaga*

*Ekarpena: 50€*

94 603 22 19  
Gallanda kalea, 16

*Otsailak 13, igandea  
10-etatik 14-etara*

## URA



*Mugitu eta zabaldu*

*URA elementuarekin  
konektatuko dugu,  
mugimenduaren jariakortasun  
fisiko eta mentalarekin. Dena  
errezago mugitzeko espazioa  
sortuko dugu,  
bai estera zein bizitzan.*