

Per visitare il luogo virtualmente: www.essenzadellangelo.com
Per il sito del Lama tibetano Dam Chhoi: www.artrom.it/dam_chhoi_lama.htm

Pranzo, tutto compreso soltanto
15 euro

in omaggio: segno astronomico e stella natale

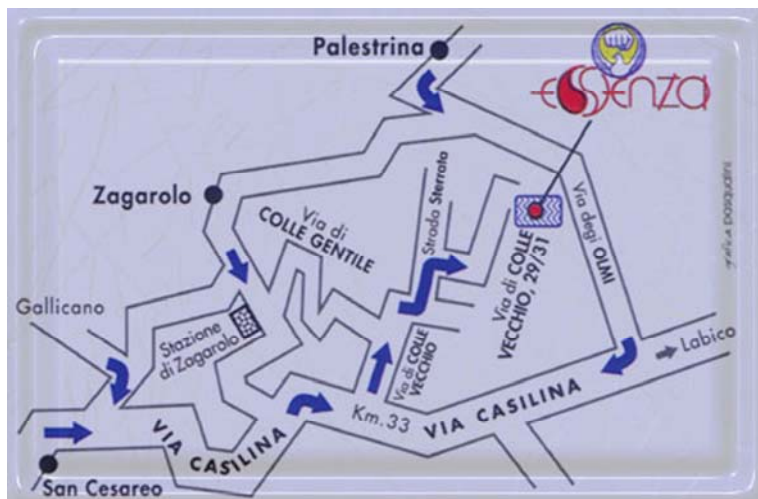
bambini sino ai 6 anni non pagano dai 7 a 12 anni pagano 10 euro

si paga all'entrata per evitare confusione
venire in comodo abbigliamento sportivo

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA AL

3333033263 Anna Maria 3333259108 Derio

Dove si svolge la festa? in via Casilina al Km 33 girare a sinistra ed entrare nella via di Colle Vecchio seguendo le indicazioni **<una domenica un po' diversa>**



Una domenica un po' diversa

MANDALA	TIBETANI
IL CRISTALLO	CHE VIVE
DIRETTIVE	ALIMENTARI
YOGA	TIBETANO
ASTRONOMIA	E STELLA NATALE

Domenica 3 luglio

che piova o faccia bel tempo, ci troviamo tutti a contatto con la natura in un'accogliente fattoria di campagna, in quel di Zagarolo.

L'ambiente è un'enorme "palestra" all'aperto dove si può godere di tutta la natura. Ci sono cavalli, cani San Bernardo, oche, galline, un'eco-sistema con pesci rossi e carpe. Immensi luoghi incantevoli che propiziano un'armonia di pace e serenità come la "collina del vento".

Per ritrovarsi tra nuovi e simpatici amici, in letizia di spirito e di mente, dando vita ad un piacevole programma domenicale, finalmente diverso dai soliti tram-tram.

nella mattinata

dalle ore 9,15 alle 10,15 Arrivo e festose presentazioni tra i convenuti, volti nuovi e simpatici, sorseggiando tè e caffè.

ore 10,30 Il monaco buddista Dam Chhoi Lama, illustrerà i suoi stupendi mandala a cui seguirà una dimostrazione della tecnica di un dipinto che inizia con la meditazione.

ore 11,30 Gli esperti nella crescita dei cristalli Derio e Anna Maria, introdurranno l'affascinante argomento seguito da una dimostrazione pratica.

ore 13,00 Pranzo collettivo in atmosfera conviviale, allegra e serena. Le portate

saranno per tutti i gusti, senza limiti di quantità, ma.....attenzione alle calorie!

nel pomeriggio

ore 15,30 Derio e Anna Maria, nutrizionisti, illustreranno brevemente le linee guida per una corretta nutrizione esponendo pure i principi etici-scientifici-salutistici alla base del vegetarianismo.

ore 16,00 Nello, maestro di yoga, terrà una lezione pratica con riferimento alle tecniche tibetane di meditazione e respirazione.

ore 17,00 Derio e Anna Maria calcoleranno il segno zodiacale astronomico. Qualora si conosca l'ora della nascita, s'effettuerà la ricerca della stella natale.

dalle 18,00 alle 19,00 Saluti e fine della bella giornata con la promessa di rincontrarci di nuovo con altre interessanti iniziative.