

**SEMINARIO: KNOW YOUR BODY**

**CENA INDIANA ESPERIENZIALE**

**ASTROLOGIA VEDICA**

**23, 24 E 25 AGOSTO 2019**



## SEMINARIO: KNOW YOUR BODY

con il Dr. Shajeer Kizhakkekara

**Workshop esperienziale di cucina sensoriale attraverso il quale risvegliare i nostri sensi, riconoscere i bisogni del corpo e nutrirlo attraverso ricette della tradizione indiana.**

**Domenica 25 Agosto** dalle 9.30 alle 17.30 (segue preparazione e Cena Indiana)

**Cosa faremo:** un'esperienza indimenticabile all'insegna della conoscenza più profonda di noi stessi, dei nostri bisogni e delle nostre capacità sensoriali. Risveglieremo i nostri sensi, impareremo ad osservare i bisogni del corpo, attiveremo il respiro come strumento di conoscenza, esploreremo la consapevolezza in cucina e cucineremo e gusteremo piatti della tradizione indiana. Il resto vieni a scoprirlo! Vivi la tua esperienza sensoriale, conosci il tuo corpo!

**Info pratiche:** Il workshop ha inizio alle ore 9.30 di Domenica 25 Agosto (incontro presso il **Centro Padma** alle ore 9.15, poi ci sposteremo all'aperto). Il pranzo e la seconda parte del seminario si svolgerà a Pozzo di Codroipo in Via Minatel, 4 e si concluderà con la cena indiana che ha inizio alle ore 20.30.

**Cosa portare:** coperta o telo da spiaggia, tappetino, eventualmente un cuscino e grembiule.

**Costo: 75 € seminario e cena / solo cena € 20 / seminario e cena + cena del Sabato 95 €**



## CENA INDIANA ESPERIENZIALE

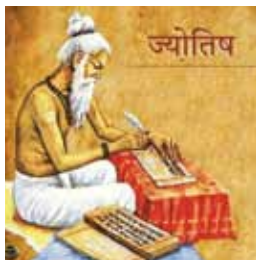
con il Dr. Shajeer Kizhakkekara

**Il cibo è il mantra magico che ogni giorno inviamo più volte a noi stessi. Il rituale più sacro della nostra vita!**

**I sensi ci aiutano a conoscere, conoscere ci aiuta a crescere.**

**Sabato 24 Agosto** dalle 19.30

**Info pratiche:** la Cena Indiana si terrà a Pozzo di Codroipo in Via Minatel, 4. **Costo: 25 € / coppie 45 €**  
Tutti i piatti realizzati saranno privi di materie prime di origine animale.



## DOMANDE E RISPOSTE

### ASTROLOGIA VEDICA, CONSULENZA PERSONALIZZATA

con il Dr. Shajeer Kizhakkekara

**Ogni domanda specifica ha una risposta specifica. Quando la domanda è matura, "nasce" dalla nostra bocca. Nel momento in cui nasce la domanda, nasce anche la risposta... Già presente nell'universo.**

**Venerdì 23 Agosto 15.00 - 19.00 - Sabato 24 Agosto 9.30 - 12.30**

**Info pratiche:** Presso Volo di Fiori, Vicolo Resia, 14 Codroipo (UD). Contattare **Fabrizio** per info e costi.