



adi SHAKTI

---

PROGRAMMAZIONE  
**OTTOBRE**

---

**3 - 4**

SEMINARIO " **CORPO ENERGETICO I: L'INDIVIDUO**"

*Dalla ginnastica energetica alla danza fusion  
con musica dal vivo*

DALLE h10.00 ALLE h13.00 - DALLE h14.00 ALLE h17.30  
CON **TRISTAN EDELMAN** (*Energetica Khorolistica*)

---

**10 - 11**

SEMINARIO " **CORPO ENERGETICO I: L'INDIVIDUO**"

*Dalla ginnastica energetica alla danza fusion  
con musica dal vivo*

DALLE h10.00 ALLE h13.00 - DALLE h14.00 ALLE h17.30  
CON **TRISTAN EDELMAN** (*Energetica Khorolistica*)

---

**11**

**LO YOGA NEL QUOTIDIANO  
E LA PRATICA DELLE SEQUENZE BREVI**

DALLE h10.00 ALLE h13.00  
CON **ALESSANDRA RITO**

---

**13**

**BAGNI DI GONG**

1° SESSIONE h17.00      2° SESSIONE h21.00  
CON **MAHENDRA DANIELE RIGGIARDI**

---

**16 - 17 - 18**

SEMINARIO "**SESTO CHAKRA**"

DALLE h10.00 ALLE h19.00  
CON **SHAIDA CARTELLÀ**

---

**24 - 25**

SEMINARIO "**IL LABORATORIO DELL' EROS**"

SAB . DALLE h9.30 ALLE h22.00  
DOM. DALLE h8.30 ALLE h17.30  
CON **SUMITRA PATRIZIA BENI**

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA [INFO@ADISHAKTIYOGA.IT](mailto:INFO@ADISHAKTIYOGA.IT)