



Sanatana Dharma  
Yoga con Dharma



## *Días de Ayuno*

### **Ayuno Semana Santa 2023**

Desde el Jueves Santo, 6 de abril a las 13:30, hasta el domingo, 9 de abril a las 13:30 h

#### **Información:**

El Ayuno provoca una serie de reacciones en el organismo que se canalizan en dos direcciones: depuración y revitalización, mejorando así el funcionamiento del cuerpo y sus defensas.

El cursillo está abierto a todo aquél que quiera experimentar el ayuno como medida higiénica, o sencillamente a los que deseen descansar estos días de manera diferente.

Con zumos de fruta, caldos de verduras e infusiones.

Charlas sobre el ayuno y ayurveda, meditación y mantras, hatha yoga y reflejoterapia podal.

Con supervisión médica a cargo de **Alfredo Iglesias (Druva)**

Para más información: **943 700 700** (de 9:30 h. a 13:00 h.)

Correo electrónico: **medicinavedica@yogacondharma.com**

Fecha tope de inscripción: 1 de abril

