

CENTRO STUDI OLISTICI “BRAHMA VIDYA”



Via Vandalino 82/28 - 10141 Torino - Tel. 3343145040 - 0114119849
www.brahmavidya.it - email: brahmavidya06@yahoo.it

“Zen endogenesi”

www.endogenesi.it



tecniche di respirazione, concentrazione, meditazione



Disciplina rivolta allo sviluppo ed al mantenimento del benessere psicofisico e della vigoria delle energie interiori, favorisce la consapevolezza e la padronanza della percezione delle sensazioni, realizzando le migliori condizioni di armonia e d'interazione fra il corpo, la mente e la natura che ci circonda.

Una mente quieta e salda, delle sensazioni corrette, consentono una più elevata qualità di vita, efficienza e capacità d'azione.



**Corso a frequenza settimanale
tutti i mercoledì dalle ore 19:00 alle 20:30**

Possibilità di frequenza bisettimanale a richiesta
e di lezioni individuali personalizzate in orari a scelta.

Richiedere in segreteria la disponibilità degli orari personalizzabili