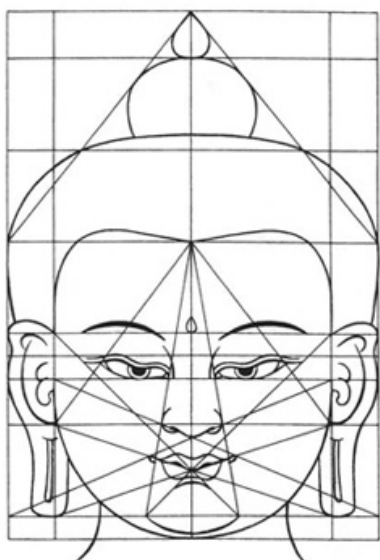


CORSO

Yoga e Thangka

(Arte Buddhista Tibetana)

Firenze 10-12 giugno 2011



In questo speciale fine settimana combineremo 2 antiche e splendide tradizioni:

quella dello Yoga e quella del *Thangka* - disegnando e dipingendo Buddha e Simboli Buddhisti nella tradizione Tibetana. Entrambi sono molto meditative. Potrai fare esperienza che la combinazione dello yoga e il disegnare i Buddha e simboli Buddhisti generano equilibrio e pace sia nel corpo che nella mente.

Il corso è adatto a tutti, anche ai principianti che non hanno esperienza di yoga o disegno.

Data: Venerdì 10 giugno dalle 20:00 alle 22:00
Introduzione al seminario del weekend, diapositive & spiegazione: 'Cosa è la pittura dei thangka?'

Sabato 11 giugno dalle 10:00 alle 18:00

Yoga e disegnare il Volto del Buddha

Domenica 12 giugno dalle 10:00 alle 17:00

Yoga e disegnare i Simboli Buddhisti come il fiore di loto e l'eterno nodo

Informazione e prenotazione: Silvia Sferlazzo
telefono: 055 687688 o cellulare: 349 6246731
email: sferlazzosilvia@gmail.com

Prezzo: €125 compresi tutti i materiali
Inscrivendosi e pagando prima del 27 maggio 2011, riceverai uno sconto del €15

Dove: Garage P Studio
Via Monti 1 rosso, 50124 - Firenze
(vicinissimo a Porta Romana)
il sito web: www.garagep.it



Silvia Sferlazzo - Insegnante Yoga



Nata in Italia, a Firenze, Silvia ha oltre 25 anni di esperienza nell'insegnamento dello Yoga e della danza classica, moderna e contemporanea. Lei è anche insegnante qualificata della Tecnica Alexander. Introduzione allo Yoga libero da stress che fa lavorare il corpo per ripristinare la sua salute, vitalità, intelligenza ed energia.

Per saperne di più sul lavoro di Silvia, visitare il sito www.welcometojoga.com

Carmen Mensink - Insegnante Thangka



Nata in Olanda, Carmen ha studiato per 12 anni con Andy Weber, un pittore thangka di fama internazionale. Dipingere queste immagini 'illuminata' è come meditazione, ed è una combinazione ideale per praticare l'arte ed il Buddismo. Carmen insegna in Europa (Olanda, Italia, Spagna) e negli Stati Uniti. Le sue lezioni sono in inglese assistite da traduzione simultanea.

Per saperne di più sul lavoro di Carmen, visitare il sito www.tibetanthangkapainting.com