



DICIEMBRE 2021

Taller

# Introducción al mundo del Yoga

Presencial,  
Palermo.

NIKETAN YOGA

# Introducción al mundo del Yoga:

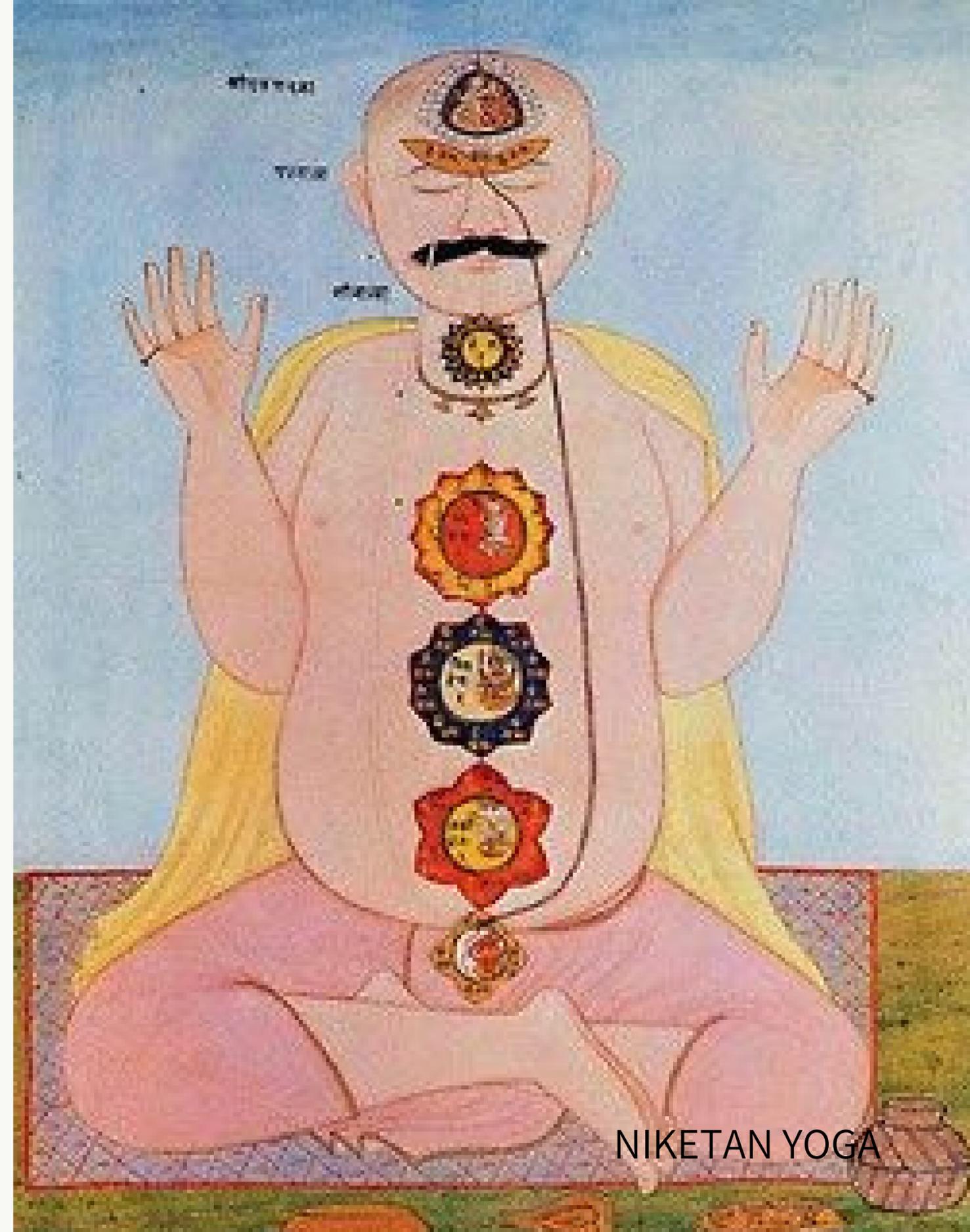
En este taller introductorio haremos un recorrido por los fundamentos del Hatha Yoga (Yoga físico), desde la mirada del cuerpo anatómico y energético.

Veremos:

- Introducción al Cuerpo anatómico - energético.
- Asanas - Posturas Esenciales y Saludo al Sol. Fundamento para el armado de posturas y posibilidades dentro de las mismas.
- Introducción al Pranayama: técnicas de respiración y control de la energía.

El encuentro se dará a modo de laboratorio práctico - teórico.

Se entrega e-book para profundizar.



# Información

---

Día: Sábado 18 de Diciembre del 2021 / 17:00 - 20:00

Valor: \$3000 ( [LINK PARA ANOTARSE](#) )

Instructora: Celeste Lusin y Franco Cupolo

Lugar: Palermo, Buenos Aires

Inscripción: [niketanyoga@gmail.com](mailto:niketanyoga@gmail.com)

# Instructores



Franco Cupolo

RYT 200 hs Yogatherapy, InteYoga, Mysore, India.

Tecnicatura en Yoga, Universidad del Salvador, Buenos Aires.

Perfeccionamiento Hatha Yoga con Esteban Pilch.

Formado en Terapeuta Nuad Thai con Nicolas Narvaez, Wai Escuela, Buenos Aires.

---

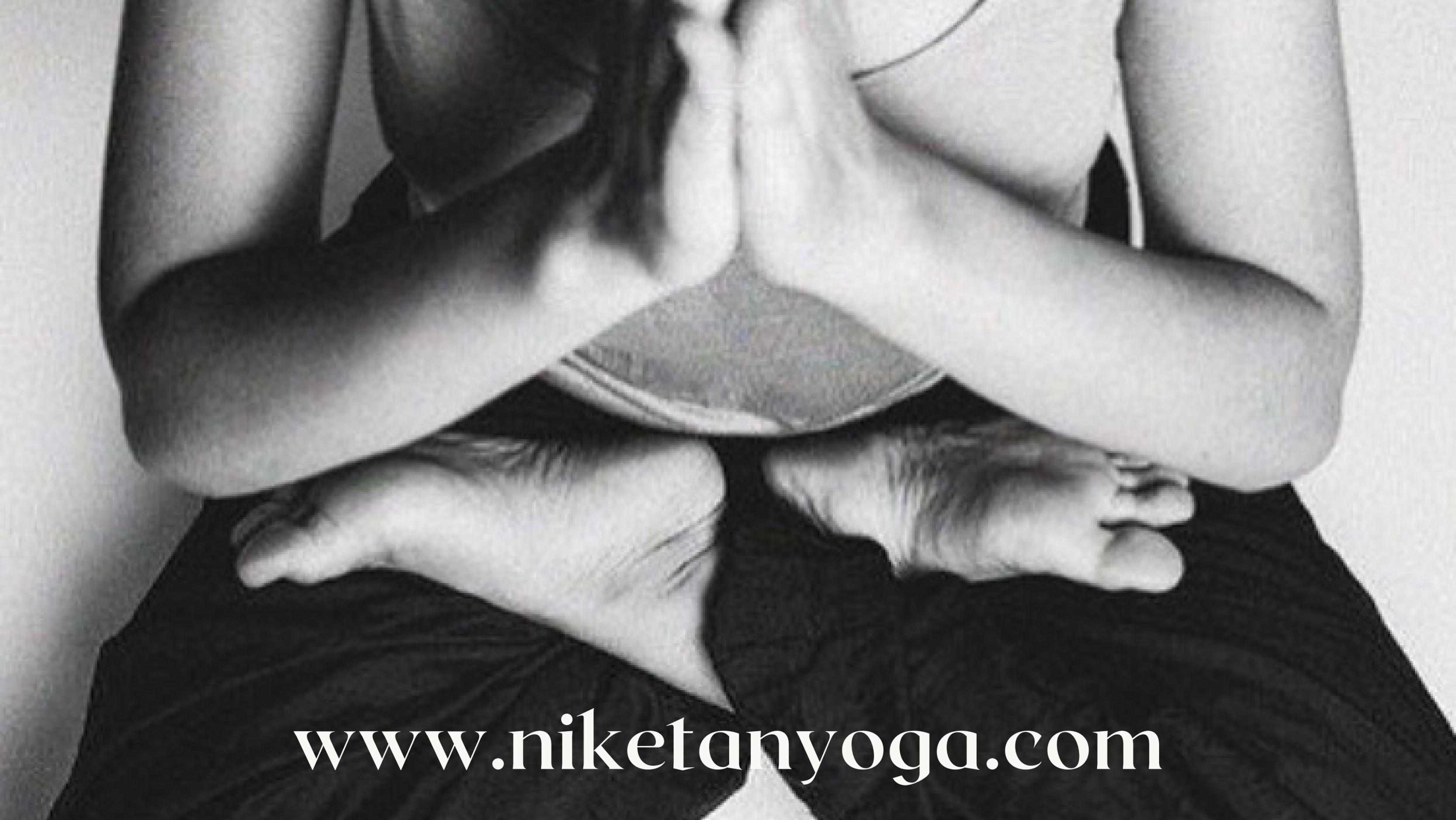
Celeste Lusin

RYT 200 hs Yogatherapy, InteYoga, Mysore, India.

Instructorado de Yoga en Colegio Sarmiento, Gobierno de la Ciudad, Buenos Aires.

Perfeccionamiento Hatha Yoga con Carlos Laporte.

Estudia Filosofía de la India con Olivia Cattedra, Medicina China y el Mundo de las Plantas Medicinales.



[www.niketanyoga.com](http://www.niketanyoga.com)