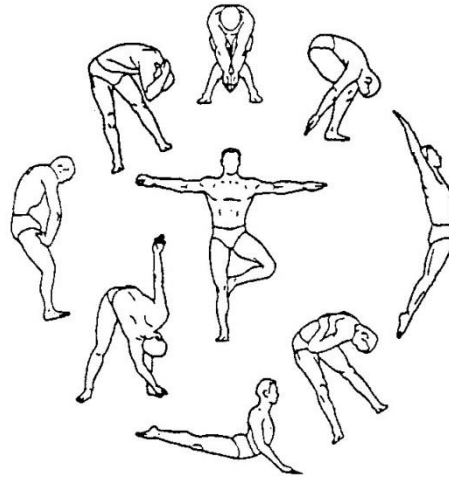




## Taller de **YOGA DE LA ENERGÍA**

*Un método eficaz para reequilibrarse y educar la mente*



### **Contenido:**

- *Principios y fundamentos*
- *Trabajo de sensibilización y refinamiento de la respiración*
- *Circulación de la energía en las asanas*
- *Preliminares del Yoga de la Energía*
- *Técnicas de concentración*
- *Aproximación a la meditación*

**Fecha:** 17 de noviembre

**Hora:** de 10 a 14

**Lugar:** Pedro Bilbao Kalea, 3, Basauri

**Precio:** 35€

**Organiza:** Lasai Bizi

**Imparte:** Carlos Sáez Jausoro





**Karlos Sáez Jausoro**, descubre el yoga en el año 1.980 y desde entonces lo hace parte de su vida.

En los años 1993-96 realiza la formación con la Asociación Internacional de Profesores de Yoga (IYTA). En esa formación conoce el Yoga de la Energía y queda cautivado por él y por la manera de transmitirlo de Pierre Losa. Está reconocido por la escuela de Pierre Losa de Bruselas como profesor de esta modalidad, y es integrante del Grupo de Investigación del Yoga de la Energía en España.

Ha colaborado en la escuela de formación de profesores de Quim Altés. Además ha practicado otras disciplinas orientales como el Tai-chi y la meditación Zen, así como algunas occidentales como Feldenkrais.