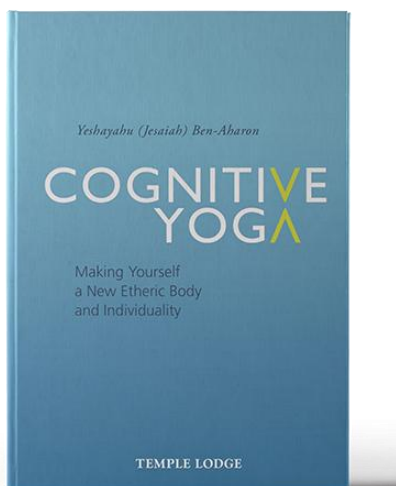


# COGNITIVE YOGA III



Velkommen til et nytt dagsseminar med innledninger, øvelser og samtale

Vi fortsetter arbeidet basert på Yeshayahu Ben-Aharons bok *Cognitive Yoga*

Søndag 04. februar kl. 11-16

i Josefines gate 12 i Oslo.

## PÅ PROGRAMMET:

Korte innledninger til temaet og til øvelsene

Grunnleggende øvelser i kognitiv yoga

Samtale

Pauser med kaffe/te og lette forfriskninger

Lunsjpause (Deltakerne sørger for egen mat, «Godt brød» på Bislet er en mulighet.)

Arbeidet er en oppfølging av de to tidligere seminarene om samme tema, men tilpasser også som en introduksjon for nye deltakere.

Pris: deltakere på tidligere seminar: kr. 150, nye deltakere: kr. 350, inkludert pauseforfriskninger. Betales til Dynamis, konto: **1254 62 20220** eller kontant v. oppmøte.

Påmelding innen 1. februar til [dynamis.oslo@gmail.com](mailto:dynamis.oslo@gmail.com) eller til Dianne Wulsin tlf 95761871

Arrangør: Dynamis forening [www.dynamis-oslo.org](http://www.dynamis-oslo.org)

Hjertelig velkommen!

Hilsen Dynamis forening v. Christine Tanberg, Torbjørn Eftestøl, Dianne Wulsin, Eli Beate Hestnes og Rigmor Haugen Jensen