

COGNITIVE YOGA (V)

Vi inviterer til et nytt dagsseminar med innledninger, øvelser og samtale.

Vi fortsetter arbeidet basert på Yeshayahu Ben-Aharons bok *Cognitive Yoga* og Rudolf Steiners *Frihetens filosofi*.

Lørdag 7. desember kl. 11-16, i Josefines gate 12, Oslo

Jeremy Qvick fra Finland vil være med oss igjen.

PÅ PROGRAMMET:

Innledning og presentasjon v. Rigmor og Jeremy

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 ..)

Plenumspresentasjoner og samtaler foregår på engelsk

Pris:

Deltakere på tidligere seminar: kr. 200, nye deltakere: kr. 350, inkludert pauseforfriskninger.

Betales til Dynamis, konto: **1254 62 20220** eller kontant v. oppmøte.

(Til lunsj sørger deltakerne for egen mat, «Godt brød» på Bislet er en mulighet)

Påmelding innen 3. desember til dynamis.oslo@gmail.com eller til Rigmor Haugen Jensen, mob. 95 795 209

Arrangør: Dynamis forening www.dynamis-oslo.org

Hjertelig velkommen!

Hilsen Dynamis forening v. Torbjørn Eftestøl, Dianne Wulsin, og Rigmor Haugen Jensen