

YOGA COSCIENZA E RESPIRO

Percorso integrato tra yoga tradizionale, yoga moderno e yoga della consapevolezza.

Una pratica per educarci alla presenza, all'auto riconoscimento della nostra coscienza ed alla sana relazione tra mente e corpo.



Adriana Bosurgi
Saran Inder Kaur

Insegnante Multidisciplinare
di Yoga e Meditazione
Specializzazione in Kundalini Yoga
Certificazione Kundalini Yoga KRI
Level 2 Practitioner

www.probencounseling.it

CERIP
Centro di Ricerca e intervento Psicologico

 **PRO-BEN**

 **Università
degli Studi di
Messina**

 **COMITATO UNICO
di GARANZIA**
Università degli Studi di Messina

LEZIONE INAUGURALE

8 GIUGNO 2026

17:00 – 18:00

Cortile del Rettorato

CALENDARIO DEL CORSO

Dal 15 giugno al 1 luglio 2026

Lunedì

AREA PISCINA
CITTADELLA
17:00 – 18:00

Mercoledì

CORTILE DEL
RETTORATO
17:00 – 18:00

www.cerip.unime.it