

san pablo natural.



Presenta



SAB 31 ENERO

9:00
:30
10:00
:30
11:00
:30
12:00
:30
13:00
:30
14:00
:30
15:00
:30
16:00
:30
17:00
:30
18:00
:30
19:00
:30

PRESENTADA POR



AGORA JENKINS

INAGURACIÓN DEL EVENTO

CLASE MASIVA CON XUAN LAN

9:30AM-11 AM



sala

sala

sala

MILENIO

sala

11:30AM-1:00PM

MARIANA CISNEROS
ROCKET 2
Conversaciones entre la mente y el cuerpo

11:30AM-12:30PM

BIR SINGH
KUNDALINI YOGA
Ajuste corporal para elevar el espíritu

11:30AM-12:40PM

ROSALBA RANGEL & ANA HONEY
RAÍCES DEL YOGA EN GUADALAJARA
Homenaje al Legado que Sembró en Nuestra Comunidad

11:30-1:00PM

GABY ZERMEÑO
CALMA PROFUNDA
Yoga y Medicina China para Reducir Ansiedad

2:00-3:15PM

LETI TREJO
VINIYOGA EN SILLA
Redescubriendo el gozo de moverte. Respira, reencuétrate y regresa al origen

1:00-2:15PM

PAOLA PIMENTEL
LADY NIGUMA 2
El triunfo de los vientos (VAYUS)

1:30-2:45PM

MONJE KYONIN (CHOCOBUDA)
Mente Zen, Mente de Principiante, Mente de Yoga: Cómo la mente Zen transforma tu práctica de Yoga.

1:30-2:45PM

PAULINA MIRAMONTES
BRIKAM YOGA
Sanar, Revitalizar y Fortalecer tu Cuerpo

4:00-5:15PM

CESMAR LEÓN
VINYASA
La danza de la mente a la quietud en el corazón

3:00-4:15PM

LETI LOZANO
MASTER CLASS TRIPSICHORE YOGA
El Arte de las inversiones y balances de brazos

3:00-4:10PM

FRANCISCO SANTANA LIM
LA CONCIENCIA;ORIGEN, RAZÓN Y DESTINO
Psicología Evolutiva

3:30-4:30PM

ANA BELEN LEAL
HATHA FLOW
El flujo eterno: Yoga y la Consciencia del Cambio

4:40-5:40PM

ABRIL SANTANA
YOGA FACIAL
El cuerpo que sostiene el rostro

4:30-5:45PM

ANTOHN Y BOGART
EL ANANDA TANDAVA,
LA DANZA EXTÁTICA DE SHIVA
Comentario sobre el Tantra Moderno

5:00-5:40PM

MAR DE AMOR
MEDITACIÓN
Donde Nace la Calma

6:00-7:15PM

QUETZAL RÍOS
El Vuelo del Quetzal

INTENSIDAD



san pablo
natural.



Presenta



DOM 01 FEBRERO

9:00	sala san pablo natural. San Pablo FARMACIA Es la receta.	sala Manzanilla Sophia	sala MILENIO	sala FAMILIA Naturista
9:30				
10:00	NACHO AMEZCUA 10:00AM-11:15AM KINAM "El Yoga Tolteca"	KINO MACGREGOR 9:30AM-11:00AM ASHTANGA 1 Serie Guiada	LETI LOZANO 9:30AM-10:45AM Plática + Clase de Respiración Wim Hof Respira. Siente. Despierta.	ANTHONY BOGART 9:30AM-10:45AM PRANAYAMA (Respiración) Liberaremos la Respiración del Inconsciente al Establecer Límites Conscientes
10:30				
11:00				
11:30				
12:00	LAILA KURY 12:00-1:20PM VINYASA La fuerza de la intención en la práctica de Yoga	XUAN LAN 12:00-1:30PM MEDITACIÓN, PRANAYAMA Charla: La Buena Hija Vietnamita	LETI TREJO 11:30AM-1:00PM De la Asana a la oportunidad ¿Se Puede Vivir de la Enseñanza del Yoga?	LILIANA AGUILAR 11:30AM-12:45PM YOGA PARA PRINCIPIANTES La Dicha de Vivir Presente
12:30				
13:00				
13:30				
14:00	ELISA ALVES 2:00-3:15PM YOGA NIDRA - DHARMA YOGA Descanso y Reparación	PILAR MADRIGAL 2:00-3:00PM VINYASA FLOW El Gran Salto de Hanuman	PATTY GAJASCHI 1:30-2:45PM El Cuerpo como Origen YIN YOGA UNA VÍA DE REGULACIÓN	GERSON FRAU 1:30-3:30PM MAHA SHAKTI (Dharma Yoga) ASANA/PRANAYAMA/MEDITACIÓN
14:30				
15:00				
15:30				
16:00	PATTY GAJASCHI 4:00-5:20PM SOMATIC YIN YOGA Esta Práctica te Guía hacia un Estado Profundo de Presencia y Regulación.	CLASE SORPRESA 3:30-4:30PM	LUIS PERNIGOTTI 3:30-4:45PM La influencia de Los Vedas y el Tantra en el Yoga Un Recorrido por las Raíces Históricas del Yoga	ANA SOFI ROSAS 4:00-5:00PM PUERTA A LA CALMA "EL ARTE DE MEDITAR" Introducción a la Meditación
16:30				
17:00				
17:30				
18:00		Concierto Inmersivo MARAHÄ 5:30-7:00PM Con Mario Michelena y Anahali Cierre del Evento		
18:30				
19:00				

INTENSIDAD



XLYStudio

MILENIO



Electrolife ZERO

