

## Actividades del mes de abril 2024:

### *Sede Central*

*Daniel Muñoz 2231, Montevideo*

#### Actividades presenciales:

(Reservar horario con anticipación. Tel. o WhatsApp 24080433)

#### *Prácticas de Yoga:*

Comienzo puntual. Se solicita concurrir con colchoneta.

**(Con contribución mensual)**

Horarios:

Lunes y miércoles 9:00 hs.

Miércoles y viernes 18:00 hs.

Martes y jueves 19:30 hs.

#### **Sábados 11 hs**

**Gratuito**

(Cupos limitados, comienzo puntual, se solicita concurrir con colchoneta

Entrada 1 kg de alimento no perecedero)

#### *Prácticas de Meditación:*

**Gratuito. Comienzo puntual.**

Horarios:

Lunes y miércoles 10:30 hs.

Martes 18:00 hs.

Jueves 17: 00 horas

#### *Sábados 12:30 hs*

(Entrada 1 kg de alimento no perecedero)

Para las ACTIVIDADES PRESENCIALES RESERVAR asistencia con anticipación.

Tel. o WhatsApp 24080433

### Actividades mixtas (por Zoom y presencial)

## CLASES ABIERTAS:

### **-TattvaBodha: Conocimiento de la divina realidad**

Buceemos de la mano de Sri Sankaracharya en el océano de la Filosofía Hindú.

“Cuando te metes en el mar nace en ti una sensación de bienestar, pero aquellos que se preparan con los elementos adecuados y se sumergen en las profundidades del océano encuentran un mundo maravilloso, totalmente desconocido.”

Miércoles 10 de abril, 19:15 hs.

### **-Reflexiones sobre el Yoga:**

¿Comprendemos su enseñanza?

Yoga es el retorno a nuestra verdadera naturaleza.

Lunes 08 de abril, 18:30 hs.

### **-El propósito del conocimiento:**

Si lo que aprendemos no se transmuta en mayor discernimiento, no cultiva nuestros sentimientos más nobles y no nos acerca a la meta es muy probable que sea simplemente “conocimiento inútil”.

Viernes 26 de abril, 10:30 hs.

### ***Prácticas de Meditación:***

Miércoles 16:45 horas

### ***Veladas de Fe:***

Viernes 18:30 hs.

Para las ACTIVIDADES MIXTAS RESERVAR asistencia con anticipación.

Tel. o WhatsApp 24080433/central@hastinapura.org.uy

---

## Sede Salinas

*Maracopá casi ruta Interbalnearia, Salinas norte.*

### Actividades presenciales:

(Consultar por cupos. WhatsApp 094108130)

#### **Prácticas de Yoga:**

Lunes 18:00 hs.

Martes 9:30 hs y 18:15 hs.

Miércoles 17:30 hs.

Jueves 17:00 hs

Viernes 18:30hs

**Con contribución mensual**

#### **Prácticas de Meditación:**

Lunes 17:30 hs.

Martes 17:45 hs.

Miércoles 20:30 hs.

Jueves 18:30 hs

Viernes 18:00 hs

**Gratuito**

#### **Kirtams y cantos devocionales:**

Jueves 19.30 hs

**Gratuito**

### Actividades mixtas (Presencial y por Zoom)

#### **-CLASE ABIERTA: Filosofía del Yoga**

Martes 9 de abril, 19.30 hs

#### **-CLASE ABIERTA: enseñanzas de San Pedro de Alcántara**

*«El que quisiere ver cuánto ha madurado en el Camino Espiritual observe cuánto crece cada día en humildad interior y exterior.»*

Martes 23 de abril, 19.30 hs

Envíanos un mensaje por whatsapp y te enviamos el link para Zoom. Cel. [094108130](https://wa.me/094108130)