

Actividades del mes de enero 2025:

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 (desde 11/01)

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.

Miércoles 20:00 hs

Jueves 17: 00 horas

Sábados 12:30 hs (desde 11/01)

(Entrada 1 kg de alimento no perecedero)

Escuela de verano:

Filosofía, meditación y Hatha Yoga

“Yoga es Vida simple y pensamiento elevado” Krishnananda

Este verano tenés la oportunidad de acercarte al Universo del Yoga, contactando con las bases filosóficas, la práctica de la meditación y el Hatha Yoga en un curso de tres meses pensado para vos.

Duración y carga horaria: 3 meses, 3 horas semanales.

Presentación: Jueves 2 de enero, 18 hs.

Comienzo: Jueves 9 de enero, 18 hs.

Para las ACTIVIDADES PRESENCIALES RESERVAR asistencia con anticipación.
Tel. o WhatsApp 24080433

CLASES ABIERTAS:

-“Siddhartha Gautama: el BUDHA”

Su mensaje y enseñanzas fundamentales

Jueves 16 y martes 21 de enero, 18 hs.

-Seminario de Yoga

“El tesoro del Yoga para poder vivirlo y transmitirlo”

Experiencia fascinante y transformadora para la mente y el corazón.

Miércoles 22 y jueves 23 de enero, 19 hs.

-“Introducción a la Filosofía práctica”

La maravillosa casa del Corazón. Filosofía y Mística. Amor y Razón. Universalismo y expansión de la conciencia.

Lunes 20 y lunes 27 de enero, 18:30 hs

Profesorados:

Profesorado de Meditación

“Meditar es vivir, habitar en el Ser, no en el ego; este último posee una característica fundamental: la impermanencia. El Ser, en cambio, es la misma Eternidad...” Ada Albrecht

El propósito de este profesorado es prepararte para transmitir los fundamentos filosóficos y místicos de la práctica de la meditación y también formarte en diversas disciplinas y modalidades tales como oraciones, mantras, cánticos entre otras.

Duración: 3 años

Ciclo lectivo: Marzo a diciembre.

Carga horaria: Dos veces por semana, 5 hs/semana.

Retiros de práctica intensiva en el Centro Pedagógico San Juan de la Cruz.

Comienzo en marzo 2025.

Profesorado de Yoga

Cuando se alcanza ese elevado estado de Yoga, el espíritu mora en perfecta unión con su propia naturaleza divina” Patanjali

Explora el conocimiento de la metafísica del Yoga y la práctica del Hatha Yoga para compartirla.

Duración: 3 años

Ciclo lectivo: Marzo a diciembre.

Carga horaria: Dos veces por semana, 6 hs/semana.

Retiros de práctica intensiva en el Centro Pedagógico San Juan de la Cruz.

Comienzo en marzo 2025.

Otras actividades:

Curso de Introducción a la Meditación

“Cuando meditas, cuando desarrollas virtudes divinas se construye una carretera espiritual en la mente, la meditación purifica, calma las emociones, fortalece la corriente del pensamiento y clarifica las ideas.” SwamiSivananda

Curso breve para quienes desean iniciarse en el camino de la Meditación.

Aprenderemos cómo meditar, la quietud de la mente y ejercicios de concentración.

Miércoles 15, 22 y 29 de enero, 10:30 hs.

Veladas de Fe:

Viernes 18:30 hs.

RESERVAR asistencia con anticipación.

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

Solicitar link para ZOOM

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:

Lunes 19.30 hs

Gratuito

- Taller de meditación. Teoría y práctica.

Veremos elementos esenciales para esta práctica de acercamiento a nuestra más verdadera naturaleza, nuestro ser eterno.

Miércoles 22 y 29 de enero, 18.30 hs

Entrada 1 kilo de alimento no perecedero

- Kirtams y Mantras de las principales divinidades hindúes

Viernes 24 de enero, 19.30 hs

Entrada 1 kilo de alimento no perecedero

Actividades mixtas (Presencial y por Zoom)

-Clase informativa Profesorado de Yoga y Profesorado de Meditación

Lunes 27 de enero, 19.30 hs

- Ecología: una actitud amorosa hacia la Madre Tierra

Martes 28 de enero, 18.30 hs

Entrada 1 kilo de alimento no perecedero

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

¡Paz y Bien!