



CASAL do FRADE

ALDEIA DO MECO | SESIMBRA

WWW.CASALDOFRADE.COM

RETIRO DE YOGA

COM JULIANA CONDE E NUNO CABRAL

Datas: 21, 22 e 23 de abril de 2023
ALDEIA DO MECO-SESIMBRA



BY NUNO CABRAL



Vimos propor-vos, num espaço propício, silencioso, no seio da natureza, a articulação do yoga e da meditação, no que eles representam de oportunidade de recolhimento individual, com actividades de interacção em grupo, na perspectiva de um regresso vivencial a formas de partilha e intimidade tangentes à nossa condição humana mais essencial.

HORÁRIO:

- **Sexta** (21.Abr)
chegada a partir das 15 horas
17:00 - 19:30 - yoga
20:00 - jantar
21:30 - actividade em grupo

- **Sábado** (22.Abr)
07:30 - 08:30 - meditação / pranayama
09:30 - actividade em grupo
12:00 - brunch
15:00 - actividade em grupo
18:00 - yoga
20:00 - jantar
21:30 - 23:00 - encontro / meditação / satsang

- **Domingo** (23.Abr)
07:30 - 08:30 - meditação / pranayama
09:30 - actividade em grupo
12:00 - brunch
14:00 - encontro final

- Inclui:**
- Alojamento
 - Refeições
 - Actividades



PROFESSOR	NUNO CABRAL Licenciou-se em sociologia pela universidade nova de lisboa / fcsh (1986). Desde 1985, em paralelo à faculdade, foi desenvolvendo o estudo da astrologia (pelo quiron, centro português de astrologia, depois pela f.a.s. - faculty of astrological studies) actividade a que se dedicou profissionalmente, de forma intensiva (ensino e consultas) a partir de 1993 e que mantém até hoje.
DATAS	21, 22 e 23 de abril de 2023
INSCRIÇÕES ATÉ 17 DE MAR.	340 Euros (sujeito à disponibilidade)
INSCRIÇÕES POSTERIORES A 17 DE MAR.	390 Euros (sujeito à disponibilidade)

Informações e Inscrições: +351 917 711 582 | Email: nuno.pedro.cabral@gmail.com | www.nunocabral.pt