

CSTM ha il piacere di invitare tutti alla serata informativa di approfondimento e discussione gratuita



## “In Salute con l’Ayurveda”

L’Ayurveda, antica scienza medica indiana, offre un percorso di riscoperta e di conoscenza di sé stessi. Insegna a comprendere la propria natura costituzionale e a vivere in equilibrio con i cinque elementi. Vivere ogni giorno seguendo le pratiche ayurvediche vuol dire sfruttare al meglio il tempo, che è la vita stessa.

**martedì 28 marzo 2017 - ore 19.00**

Relatore /  
Moderatore

**Sonia Manfra**

Diplomata Operatrice Ayurvedica e Shiatsu, Insegnante Yoga

Sede

presso CSTM Centro Studi di Terapie Multidisciplinari  
Via Carvina 2 - 6807 Taverne

Durata

dalle ore 19.00 alle ore 20.30 circa  
segue breve rinfresco

Costo e iscrizione

**incontro GRATUITO**

E' gradita la segnalazione della vostra partecipazione al link  
<http://www.cstm.ch/partecipo-al-freeworkshop/>  
entro domenica 26 marzo (posti limitati)

Informazioni e prenotazioni:

 **CSTM**  
centro studi di terapie multidisciplinari

CSTM  
Via Carvina 2  
6807 Taverne

tel. 091 924 92 92  
email [info@cstm.ch](mailto:info@cstm.ch)  
website [www.cstm.ch](http://www.cstm.ch)