

XX JORNADAS DE CONCIENCIA GLOBAL

Tolosa del 26 de septiembre al 1 de octubre 2022

KONTZIENTZIA GLOBALARI BURUZKO XX. JARDUNALDIK
Tolosan, 2022ko irailaren 26tik urriaren 1era



"CLAVES, HABILIDADES Y HÁBITOS SALUDABLES PARA LA EDUCACIÓN Y ASÍ VIVIR EN ARMONÍA, EMPATÍA, GRATITUD Y PLENITUD"

(SEMANA DE PUERTAS ABIERTAS) (ATE IREKIEEN ASTEA)

"HEZIKETARAKO GAKOAK, TREBEZIAK ETA OHITURA OSASUN-GARRIAK, HARMONIA, ENPATIA, ESKER ONA ETA GOGOBETE-TASUNA OINARRI HARTUTA BIZI GAITEZEN"

ENTRADA LIBRE / SARRERA DOAN

En Casa Cultura de Tolosa y Escuela Yoga Tolosa Anandi
Tolosako Kultur Etxean eta Tolosako Anandi Yoga Eskolan

ENTRADA LIBRE / SARRERA DOAN

Mejor apuntarse para la Escuela, para la Casa Cultura no hace falta, hasta llenar el aforo.

Yoga-estekolarako izena ematea komeni da. Kultura Etxerako ez dago izena emari beharrik, lekua bete arte.

Organizatu/ antolatzailea



Colaboran/ elkarlanean



EL DIARIO VASCO

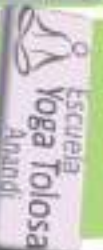


Plaza Poeta Lizardi 2, Tolosa

659 045 930 - 601 52 88 77

info@yogatolosa.com · www.yogatolosa.com

Horario	LUNES 26	MARTES 27	MIERCOLES 28	JUEVES 29	VIERNES 30	SABADO 1
07:00	07:00 a 08:30h MEDITACION Y YOGA "YO SOY"					
08:00	08:00 a 11:00h YOGA AVANZADO "EL ARTE DE SER"		09:00 a 11:00h YOGA AVANZADO "EL ARTE DE SER"		09:00 a 11:00h MEDITACION TEORÍA Y PRÁCTICA "AUTOCONOCIMIENTO"	09:00 a 10:30h MEDITACION Y HÁBITOS "EL SILENCIO INTERIOR"
09:00		09:30 a 11:00h YOGA INICIACION "EL PODER ESTA DENTRO DE TI"		09:30 a 11:00h YOGA INICIACION "EL PODER ESTA DENTRO DE TI"		10:30 a 12:00h YOGA DE LA RISA Y EL HUMOR POSITIVO "LA ALLEGRIA DE VIVIR CON OPTIMISMO"
10:00	11:00 a 12:30h YOGA JUBILADOS "SALUD Y BIENESTAR"	11:30 a 13:00h YOGA Y ENBARAZO "MATERNIDAD FELIZ"	11:00 a 12:30h NO OPONOPONO SOLTAR Y CONFIAR: LIBERACION EMOCIONAL	11:00 a 13:00h MEDITACION DINAMICA MOVIMIENTO CONSCIENTE "DEL MOVIMIENTO A LA QUIETUD"	11:00 a 12:30h MILDFULNESS TRANSFORMACION INTEGRAL POSITIVA "VIVIR EL PRESENTE"	12:00 a 13:00h GUSTURIA DE LAS JORNADAS "LA GRATITUD"
11:00						
12:00		13:15 a 16:00h YOGA INICIACION "EL PODER ESTA DENTRO DE TI"				
13:00						
14:00						
15:00					15:00 a 17:00h INTELIGENCIA EMOCIONAL PSICODRAMA POSITIVA "PRAXIOLOGIA DE LA FELICIDAD"	
16:00	16:00 a 17:30h MEDITACION TEORÍA Y PRÁCTICA "AUTOCONOCIMIENTO"					
17:00						
18:00		18:00 a 20:00h MOVIMIENTO CONSCIENTE MEDITACION DINAMICA "DEL MOVIMIENTO A LA QUIETUD"				
19:00	19:00 a 20:30h CONFERENCIA CASA DE CULTURA YOGA Y MEDITACION "COMO TU POTENCIAL Y SE FELIZ"	20:00 a 21:40h YOGA Y MEDITACION "EL ARTE DE SER"	19:00 a 20:30h CONFERENCIA MILDFULNESS TRANSFORMACION INTEGRAL POSITIVA "VIVIR EL PRESENTE"	19:00 a 20:30h CONFERENCIA MILDFULNESS TRANSFORMACION INTEGRAL POSITIVA "VIVIR EL AMOR Y EL HUMOR"	18:00 a 19:30h MILDFULNESS TRANSFORMACION INTEGRAL POSITIVA "VIVIR EL PRESENTE"	
20:00					20:00 a 21:00h CONCIERTO CANTOS TRIBALES SALVADORES "EL PODER DE LA VIBRACION"	
21:00						



Lunes 26:

07:00h a 08:30h. Taller de MEDITACIÓN Y YOGA "YO SOY" **ESCUELA**

09:00h a 11:00h. Taller de YOGA AVANZADO "EL ARTE DE SER" **ESCUELA**

11:00h a 12:30h. Taller de YOGA JUBILAD@S "SALUD Y BIENESTAR" **ESCUELA**

16:00h a 17:30h. Taller de MEDITACIÓN -Suddha Raya Yoga- "Autoconocimiento, Autodescubrimiento" **ESCUELA**

19:00h a 20:30h. CONFERENCIA-TALLER de YOGA Y MEDITACIÓN "Conoce tu potencial y sé feliz" **CASA DE CULTURA - KULTUR ETXEA - Bharat y equipo**

Martes 27:

09:30h a 11:00h. Taller de INICIACIONAL YOGA "El poder está dentro de ti" **ESCUELA**

11:30h a 13:00h. Taller de YOGA Y EMBARAZO "Maternidad feliz" **ESCUELA**

13:15h a 15:00h. Taller de INICIACIÓN AL YOGA "El poder está dentro de ti" **ESCUELA**

18:00h a 20:00h. Taller de MOVIMIENTO CONSCIENTE: Biodanza, Danzayoga y Meditación Dinámica "Del movimiento a la quietud: Disfrutando de la vida" **ESCUELA**

20:00h a 21:40h. Taller de INICIACIÓN Y AVANZADO AL YOGA "El poder está dentro de ti" **ESCUELA**

Miércoles 28:

09:00h a 11:00h. Taller de YOGA AVANZADO "EL ARTE DE SER" **ESCUELA**

11:00h a 12:30h. Taller de HO'OPONOPONO "El arte de soltar y confiar: Liberación emocional" **ESCUELA**

19:00h a 20:30h. CONFERENCIA-TALLER de MINDFULNESS y Transformación Integral Positiva T.I.P. "Vivir el presente con la conciencia plena y agradeciendo a la vida" **CASA DE CULTURA - KULTUR ETXEA**

Jueves 29:

09:30h a 11:00h. Taller de INICIACIONAL YOGA "El poder está dentro de ti" **ESCUELA**

11:00h a 13:00h. Taller de MOVIMIENTO CONSCIENTE: BIODANZA, DANZAYOGA Y MEDITACIÓN DINÁMICA "Del movimiento a la quietud: disfrutando de la vida" **ESCUELA**

19:00h a 20:30h. CONFERENCIA-TALLER de Inteligencia emocional en la educación en casa, colegios, universidades... "el arte de educar desde el corazón con amor, humor y optimismo" **CASA DE CULTURA - KULTUR ETXEA - Bharat y equipo**

Viernes 30:

09:00h a 11:00h. Taller de MEDITACIÓN -Suddha Raya Yoga- "utoconocimiento, Autodescubrimiento" **ESCUELA**

11:00h a 12:30h. Taller de MINDFULNESS Y TRANSFORMACIÓN INTEGRAL POSITIVA T.I.P.

"Vivir el presente con la conciencia plena y agradeciendo a la vida" **ESCUELA**

15:00h a 17:00h. Taller de GESTIÓN EN INTELIGENCIA EMOCIONAL Y PSICOLOGÍA POSITIVA APLICADA A LA EDUCACIÓN: FAMILIA (madre, padre, abuel@s...) AULAS (profesoras, profesores, maestr@s, asistentes sociales...) "Psicología del aprendizaje, empatía y felicidad" **ESCUELA**

18:00h a 19:30h. Taller de MINDFULNESS Y TRANSFORMACIÓN INTEGRAL POSITIVA T.I.P.

"Vivir el presente con la conciencia plena y agradeciendo a la vida" **ESCUELA**

20:00h a 21:15h. Taller de CONCIERTO DE CUENCOS TIBETANOS SANADORES. Relajación cerebral y mental "el poder de la vibración" **ESCUELA**

Sábado 1:

09:00h a 10:30h. Taller de MEDITACIÓN Y MANTRAS "El poder del sonido y de las afirmaciones positivas" **ESCUELA**

10:30h a 12:00h. Taller del YOGA DE LA RISA Y EL HUMOR POSITIVO "La alegría de vivir con optimismo y motivación" **ESCUELA**

12:00h a 13:00h. CLAUSURA DE LAS XX JORNADAS DE CONCIENCIA GLOBAL "La gratitud de estos 30 años en Tolosa" con Brunch yoguico. **ESCUELA**

Astelehena 26:

07:00h - 08:30h. YOGA ETA MEDITAZIOA tailerra, "NI BANAIZ". **ESKOLA**

09:00h - 11:00h. YOGA AURRERATUA, "IZATEAREN ARTEA" **ESKOLA**

11:00h - 12:30h. YOGA ERRETRODUNENTZAT, "OSASUNA ETA ONGIZATEA". **ESKOLA**

16:00h - 17:30h. EDITAZIOA tailerra, Suddha Raya Yoga, "NORK BERE BURUA EZAGUTZEA ETA AURKITZEA" **ESKOLA**

19:00h - 20:30h. YOGA ETA MEDITAZIOA hitzaldia-tailerra, "Ezagutu zeure potentziala, eta izan zoriontsu". **KULTUR ETXEA - Bharat eta lantaldea.**

Astearte 27:

09:30h - 11:00h. YOGAKO HASTAPENAK tailerra, "Zeure baitan dago boterea". **ESKOLA**

11:30h - 13:00h. YOGA ETA HALURDUNALDIA tailerra, "Amatasun zoriontsua". **ESKOLA**

13:15h - 15:00h. YOGAKO HASTAPENAK tailerra, "Zeure baitan dago boterea". **ESKOLA**

18:00h - 20:00h. MUGIMENDU KONTZIENTEA tailerra: biodantza, dantzayoga eta meditazio dinamikoa, "Mugimendutik gelditasunera: bizitzaz gozatzeko". **ESKOLA**

20:00h - 21:40h. YOGAKO HASTAPENAK ETA MAILA AURRERATUA tailerra, "Zeure baitan dago boterea". **ESKOLA**

Asteazkena 28:

09:00h - 11:00h. YOGAKO MAILA AURRERATUA tailerra, "IZATEAREN ARTEA". **ESKOLA**

11:00h - 12:30h. HO'OPONOPONO tailerra, "Askatzearren eta fidatzearen artea: askapen emozionala". **ESKOLA**

19:00h - 20:30h. MINDFULNESS ETA ERALDATZE INTEGRAL POSITIBOA hitzaldia-tailerra, "Oraina bizitzea erabateko kontzientziatz eta bizitzarekiko esker onez". **KULTUR ETXEA**

Osteguna 29:

09:30h - 11:00h. YOGAKO HASTAPENAK tailerra, "Zeure baitan dago boterea". **ESKOLA**

11:00h - 13:00h. MUGIMENDU KONTZIENTEA tailerra: biodantza, dantzayoga eta meditazio dinamikoa, "Mugimendutik gelditasunera: bizitza gozatzeko". **ESKOLA**

19:00h - 20:30h. Adimen emozionala ebeko, ikastetxeetako, unibertsitateetako eta abarretako heziketan hitzaldia-tailerra, "Bihotzetik heztearen artea, maitasunez, umorez eta baikortasunez". **KULTUR ETXEA - Bharat eta lantaldea.**

Ostirala 30:

09:00h - 11:00h. MEDITAZIOA tailerra, Suddha Raya Yoga, "NORK BERE BURUA EZAGUTZEA ETA AURKITZEA". **ESKOLA**

11:00h - 12:30h. MINDFULNESS ETA ERALDATZE INTEGRAL POSITIBOA hitzaldia-tailerra, "Oraina bizitzea erabateko kontzientziatz eta bizitzarekiko esker onez". **ESKOLA**

15:00h - 17:00h. DIMEN EMOZIONALEAN ETA PSIKOLOGIA POSITIBOAN OINARRITUTAKO KUDEAKETA HEZIKETARI APLIKATUTA: FAMILIA (gurasoak, aitona-amonak), IKASGELAK (irakasleak, misu-maistrak, gizarte-laguntzaileak...), "Ikaskuntzaren psikologia, empatia eta zoriontasuna". **ESKOLA**

18:00h - 19:30h. MINDFULNESS ETA ERALDATZE INTEGRAL POSITIBOA hitzaldia-tailerra, "Oraina bizitzea erabateko kontzientziatz eta bizitzarekiko esker onez". **ESKOLA**

20:00h - 21:15h. TIBETEKO ONTZIEN KONTZERTUA tailerra. Garunaren erlaxazioa eta erlaxazio mentala, "Bibrazioaren ahalmena". **ESKOLA**

Larunbata 1:

09:00h - 10:30h. MEDITAZIOA ETA MANTRAK tailerra, "Seinuaren eta baieztape positiboaren ahalmena". **ESKOLA**

10:30h - 12:00h. BARREAREN ETA UMORE POSITIBOAREN YOGA tailerra, "Baikortasunez eta motibatuta bizitzearen poza". **ESKOLA**

12:00h - 13:00h. KONTZIENTZIA GLOBALARI BURUZKO XX. JARDUNALDIEN AMAIERA, "Esker ona Tolosan eginiako 30 urte hauengatik", yoga-bruncharekin. **ESKOLA**