



PROGRAMA

YOGA EN EL SIGLO XXI

VI Congreso Nacional de Yoga,

Monasterio de Santa María de Montserrat, Barcelona

Viernes 11

19:30h- 20:00 h **BIENVENIDA**

INAUGURACIÓN CONGRESO a cargo de los presidentes de la Junta Directiva y Comité Pedagógico,
Cristian Arruebo y Sergio Castelló

20:00-20:45 h **CONFERENCIA** por Francisco Rubio "Yoga: tradición y saber en el S. XXI"

21:00 h **Cena**

Sábado 12

7:00-8:30 h **TALLER PRÁCTICO** Cristina Mata "El asana en el Siglo XXI: tradición y modernidad."

8:00-10:00 h **Desayuno**

10:15-12:15 h **TALLER PRÁCTICO** Patrick Tomatis

12:30-13:45 h **CONFERENCIA** Patrick Tomatis

14:00-15:00 h **Comida**

16:15-17:15h **CONFERENCIA** Francisco Rubio "Yoga, tradición y saber en el S. XXI"

17:30-19:00 h **TALLER PRÁCTICO** María Josefa Sánchez "Incontinencia urinaria y disfunciones del suelo pélvico: ¿Por qué es saludable la práctica del Yoga?"

19:15-20:45 h **TALLER PRÁCTICO** Amable Díaz "Aspectos psicológicos, mentales, espirituales y de conciencia que la disciplina del yoga contiene".

21:00- 22:00 h **Cena**

22:30-23:30 h **CONCIERTO** de RALPH ZURMÜHLE

Domingo 13

7:00-8:30h **TALLER PRÁCTICO** Jacinto Larrainzar "Una sesión de yoga para el Siglo XXI"

8:00-10:00 h **DESAYUNO**

10:15- 11:30h **CONFERENCIA** Patrick Tomatis

11.45-13:30 **TALLER PRÁCTICO** Patrick Tomatis

13:30-13:45 h **MEDITACIÓN COLECTIVA**

13:45-14:00 h **CLAUSURA**

14:00-15:00 h **Comida. Despedida**