

Clases Abiertas meditación: lunes 20:00, miérc. 11:30, jueves 18:00, sábado 19:00
Puya y meditación, todos los sábados 19:00
Yoga niñ@s: sábados 19:00
Clases Abiertas de Budismo: miércoles 09:45 a 11:15 mañana
Taller Botiquín antiestrés: martes 19:00, 6 sept.
Mañana de Puertas Abiertas: sábado 10 septiembre, 10:30-13:30 ★ ¡ven a conocernos!
Puya para Bhante: sábado 10 septiembre, 19:00 ★ ¡celebración!
Curso Budismo "Las Tres Joyas": lunes 19:00, del 12 sept. al 31 oct.
Curso una Vida atención plena - Mindfulness: martes 19:00, 13 sept. al 25 oct.
Curso DESCUBRE la meditación: miércoles 19:00, del 14 sept. al 26 oct.
Curso DESCUBRE la meditación: viernes 10:30, del 16 sept. al 21 oct. mañana
Retiro urbano: jueves-domingo 22-25 sept., 08:00
Día de Padmasambhava: domingo 25 septiembre. ★ ¡celebración!
Meditación para niños y adultos: sábado 24 septiembre, 11:00 mañana

Clases Abiertas meditación: lunes 20:00, miérc. 11:30, jueves 18:00, sábado 19:00
Puya y meditación, todos los sábados 19:00
Yoga niñ@s: sábados 19:00
Clases Abiertas de Budismo: miércoles 09:45 a 11:15 mañana
Retiro para hombres que han pedido la ordenación: 8-16 oct., Guhyaloka.
Curso Budismo "ética y meditación": martes 10:30, del 18 oct. al 22 nov. mañana
Taller exploración de las diferentes tradiciones y corrientes budistas: 22-23 oct.
Curso masaje tai: 18:00, 24 oct.
Meditación para niños y adultos: sábado 29 octubre, 11:00 mañana
Día de práctica de yoga: sábado 10:00, del 29 octubre

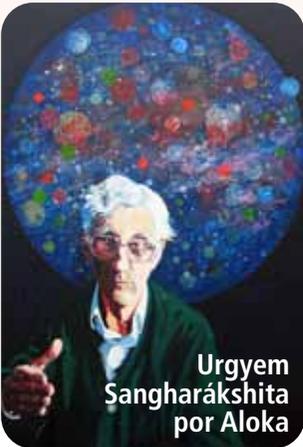
Clases Abiertas meditación: lunes 20:00, miérc. 11:30, jueves 18:00, sábado 19:00
Puya y meditación, todos los sábados 19:00
Yoga niñ@s: sábados 19:00
Clases Abiertas de Budismo: miércoles 09:45 a 11:15
Curso EXPLORA la meditación: viernes 10:30, del 4 nov. al 9 dic. mañana
Curso meditaciones para sanar estados mentales negativos: sábados 10:00-14:00, 12, 19 y 26 nov. y 3 dic.
Día de la Sangha: 13 noviembre, 10:30 ★ ¡celebración!
Curso Budismo "La rueda de la vida": lunes 19:00, del 14 nov. al 19 dic.
Curso EXPLORA la meditación: miércoles 19:00, del 23 nov. al 21 dic.
Meditación para niños y adultos: sábado 26 noviembre, 11:00 mañana



ACTIVIDADES SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2011 ...más información en: www.budismo-valencia.com

MAÑANAS

TARDES

| | LUNES | MARTES | MIÉRCOLES | JUEVES | VIERNES | SÁB.ADO / DOMINGO |
|-------|--|--|--|---|---|--|
| 10:00 | CAPÍTULO HOMBRES 10:00 - 12:00 | YOGA DINAMICO (Sudaka) 09:45 - 11:00 | CLASE ABIERTA BUDISMO 09:45 - 11:15  | YOGA DINAMICO (Sudaka) 09:45 - 11:00 | | MED. SANAR EST. NEG. 10:00-14:00 sábados: 12,19, 26 nov. y 3 dic. |
| 10:30 |  CLASES ABIERTAS MEDITACIÓN VEN Y PRUEBA! , contribución 5€  CLASES ABIERTAS BUDISMO contribución 5€  CURSOS PRINCIPIANTES No hace falta experiencia | CURSO ETICA y COM.  10:30 - 12:30 18 oct. al 29 nov. | YOGA SUAVE (Isabel) 10:00 - 11:15 contribución 5€ |  | CURSO MEDITACIÓN  10:30-12:30 (descubre) 16 sept. al 21 oct. | DÍA PADMASAMBHAVA domingo 25 sept. CELEBRAC. DÍA SANGHA domingo 13 nov |
| 11:00 | | | CLASE ABIERTA MED 11:30 - 13:00  | | CURSO MEDITACIÓN 10:30-12:30 (explora) 4 nov. al 9 dic. | MEDITACIÓN PARA NIÑOS 11:00 - 12:15 sábados: 24 sept., 29 oct., y 26 nov. |
| 18:00 | TAI-CHI (Giuliana) 18:00 - 19:15 CURSO MASAJE TAI 18:00 - 19:45 24 oct. al 12 dic. | AIKIDO (Javier) 18:00 - 19:15 BOTIQUÍN ANTIESTRÉS 19:00 - 21:00  | TAI-CHI (Giuliana) 18:00 - 19:15 | AIKIDO (Javier) 18:00 - 19:15 CLASE ABIERTA MED  | YOGA (Clania) 18:00 - 19:15 GRUPO MUJERES MITRAS 18:00 - 20:00 |  YOGA PARA NIÑOS sábados 19:00-20:00 |
| 19:00 | | CURSO UNA VIDA CON ATENCIÓN PLENA  19:00 - 21:30 13 sept. al 26 oct. GRUPO MUJERES MITRAS 19:00 - 21:30 | CURSO MEDITACIÓN  19:00-21:00 (descubre) 14 sept. al 26 oct. CURSO MEDITACIÓN 19:00-21:00 (explora) 23 nov. al 21 dic. | CLASE HOMBRES ASIDUOS Y MITRAS 19:00 - 21:30 |  Urgyem Sangharákshita por Aloka | CLASE ABIERTA MED  19:00 - 21:00 sábados PUYA Y MEDITACIÓN 19:00 - 21:00 sábados  |
| 19:30 | CURSO 3 JOYAS  19:00 - 21:00 12 sept. al 31 oct. CURSO LA RUEDA  19:00 - 21:00 14 nov. al 12 dic. |  | NOCHE SANGHA 19:30 - 21:30 (asiduos) |  | | PUYA PARA BHANTE sábado 10 sept. |
| 20:00 | CLASE ABIERTA MED  20:00 - 21:30 YOGA (Clania) 20:00 - 21:15 | YOGA (Sudaka) 20:00 - 21:15 | YOGA (Clania) 20:00 - 21:15 | YOGA (Sudaka) 20:00 - 21:15 | Clases de Yoga y Tai Chi 1 clase semanal 35€ al mes, 2 clases semanales 50€ al mes, 3 clases semanales 65€ al mes Hasta 15 oct. Matricula gratis - normalmente 35€ | |

Clase de prueba gratis