

**GIORNATA MONDIALE DELLO YOGA**  
**MERCOLEDÌ 21 GIUGNO 2023**  
**EVENTO GRATUITO**

*Torino, Piazza Castello alle h. 20*

L'Associazione MAHI KRISHNA LILA invita tutti voi a partecipare alla Giornata Mondiale dello Yoga, mercoledì 21 giugno, in piazza Castello a Torino.

Il maestro Mahi e il suo staff conducono l'evento di punta di Torino nella celebrazione dell'International Yoga Day, che vede ogni anno la partecipazione di migliaia di persone.

L'appuntamento, come sempre gratuito, è dedicato agli amanti dello yoga e a chi è curioso di saperne di più.

Potrete eseguire le *asana*, posizioni, insieme a noi e ascoltare tanti bhajan e mantra indiani.

L'Associazione, attiva dal 1999 sul territorio torinese e nazionale, si propone di diffondere la cultura dello yoga, in termini di prevenzione e tutela della salute.

**EVENTO GRATUITO**

- SI RACCOMANDA DI PORTARE UN TAPPETINO DA STENDERE A TERRA
- SIETE INVITATI A VESTIRVI TUTTI DI BIANCO, COLORE SIMBOLICAMENTE SCELTO PER CELEBRARE QUESTA GIORNATA
- RITROVO DALLE ORE 19 PER POSIZIONARE I TAPPETINI

**DURATA PREVISTA: 1 ORA E MEZZA**

Lo yoga non ha età e non ha religione, siete tutti benvenuti.

*“Lo yoga è un dono di inestimabile valore offerto dall'antica tradizione dell'India. Incorpora l'unione di mente e corpo, pensiero e azione, armonia tra uomo e natura, in un approccio olistico alla salute. Non attiene all'esercizio fisico ma alla scoperta dello stato di unione dentro l'essere umano”,* ha dichiarato Narendra Modi all'ONU.

Per info:

Associazione culturale indiana Mahi Krishna Lila

via san Quintino 31, Torino

Tel. 0116989157

email: [krishnalila31@gmail.com](mailto:krishnalila31@gmail.com)