

## Tashigar South, pratiche online 29 novembre – 5 dicembre

Date : November 30, 2021



COMUNIDAD DZOGCHEN  
INTERNACIONAL  
TASHIGAR SUR

Cara Famiglia del Vajra,

continuano le pratiche online!

Troverete il link di Zoom sulla nostra pagina Facebook e sull'app Sangha. Se non avete Facebook potete scriverci.

Se avete domande e commenti scrivete a [secretaria@tashigarsur.com](mailto:secretaria@tashigarsur.com).

Please join us online!

Gakyil Tashigar Sur

**29 novembre- 5 dicembre**

***pratiche online da Tashigar Sur***

***orario Argentina (GMT -3)***

**Lunedì 29 novembre**

**Giorno delle Dakini**

**08.30 – Guru Amitayus: Elisa Copello**

**19.00** – Ganapuja breve: Danae Ruiz

**Martedì 30 dicembre**

**08.30** – Mandarava (breve): Paola Damonte

**09.30** – Pranayama della terza serie di Yantra Yoga: respirazione Humkara: Carolina Mingolla

**19.00** – pratica di Tara Verde: Héctor Veloso

**Mercoledì 1 dicembre**

**08.30** – Mandarava (breve): Thinley Koblensky

**09.30** – pratica di Yantra Yoga: Carolina Muñoz

**19.00** – pratica di Tara: Jaime Rázuri

**Giovedì 2 dicembre**

**08.30** – Mandarava (breve): Claudia Segura

**09.30** – pratica di Yantra Yoga: Leticia Recepter

**19.00** – Shitro: Sergio Oliva

**Venerdì 3 dicembre**

**08.30** – Mandarava (breve): Sara Hanono

**09.30** – Dakini della Saggezza di Gomadevi (seconda settimana) Enzo Terzano. Inglese tradotto in spagnolo. Via Zoom

**19.00** – pratica di Tara: Maura Amaranti

**Sabato 4 dicembre**

**Luna Nuova**

**09.30** – Dakini della Saggezza di Gomadevi (seconda settimana) Enzo Terzano. Inglese tradotto in spagnolo. Via Zoom

**19.00** – Ganapuja breve: Paul Sablich

**Domenica 5 dicembre**

**09.30** – Dakini della Saggezza di Gomadevi (seconda settimana) Enzo Terzano. Inglese tradotto in spagnolo. Via Zoom