

INDICAZIONI PRATICHE PER RAGGIUNGERE VILLA AL PALCO:

Treno o Bus

Scendere alla Stazione Ferroviaria di **Prato Centrale** poi prendere il **taxi** oppure l'**autobus CAP** numero **11** direzione Chiesanuova (circa 7 minuti) scendere a **La Castellina** dopo ci sono 800 metri a piedi.

Con l'auto

L'ingresso per il parcheggio interno è sul retro della Villa al Palco la strada nell'ultimo tratto è stretta ed a doppio senso, seguite il cartello segnaletico di Parcheggio, l'ingresso è al secondo cancello.



Monastero San Leonardo

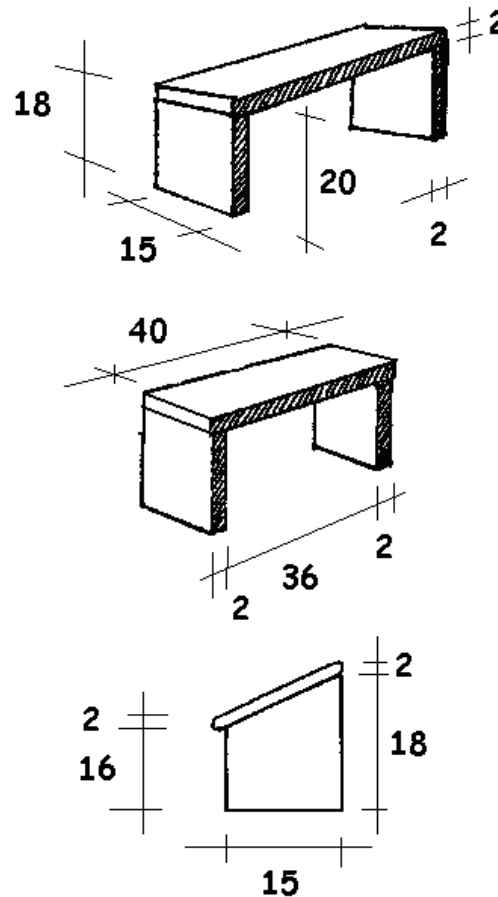
Via del Palco, 228 - 59100 Prato

Tel: 0574.37299

www.sanleonardoprato.it

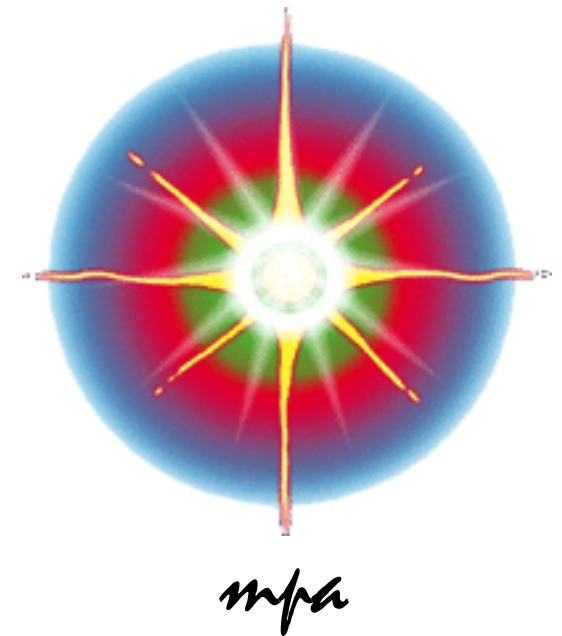
MISURE PER PANCHETTO

Se non avete ancora lo sgabello di meditazione, vi consigliamo di realizzarne uno utilizzando le misure riportate qui sotto.



Associazione MPA

MEDITAZIONE PROFONDA E AUTOCONOSCENZA



Incontro di
Approfondimento

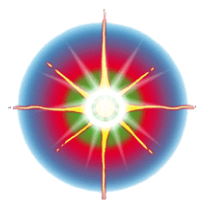
PRATO 10 - 15 Luglio 2018

L'Incontro di approfondimento è consigliato solamente a quelle persone che, avendo partecipato ad un incontro Introduttivo, hanno trovato in esso un cammino adatto alle loro aspirazioni spirituali. È necessario un certo tempo di regolare pratica del metodo MPA altrimenti l'esperienza risulterebbe sicuramente dura e incomprensibile.

L'Incontro è residenziale e si svolgerà nel più assoluto silenzio, è richiesto pertanto un totale impegno personale in questo aspetto così essenziale, uniche eccezioni saranno i brevi incontri personali con il direttore del corso e l'istruzioni quotidiane date al gruppo.

Si sconsiglia la partecipazione a chi non ha dimestichezza con le posizioni meditative classiche; si può portare il proprio sgabello o cuscino per la meditazione, abiti comodi, un tappetino e una tuta per la pratica dello Yoga, una sveglia. L'incontro potrà aver luogo solamente al raggiungimento del numero minimo di 5 partecipanti.

Il corso di Approfondimento
si svolgerà presso
il centro di spiritualità
"Monastero San Leonardo"
Villa al Palco
Via del Palco, 228 – Prato



Inizierà alle ore 19.00 di
martedì 10 luglio 2018
e terminerà alle ore 14.00 di
domenica 15 luglio 2018

Condurrà la guida MPA
Mario Rogai

a cui è possibile rivolgersi per
informazioni e prenotazioni
cell.: **333.3242608**
e-mail: mario.rogai@alice.it

ISCRIZIONE

Per partecipare all'Approfondimento di MPA occorre comunicare alla guida il proprio indirizzo di posta elettronica in modo da ricevere le schede informative sul corso, i costi e la scheda d'iscrizione. Si ricorda inoltre che l'incontro potrà aver luogo solamente nel caso in cui si raggiunga il numero minimo di 5 partecipanti, per questo motivo prima di acquistare eventuali biglietti di viaggio ci si assicuri, telefonando alla guida, che il numero minimo dei partecipanti è stato raggiunto. Per qualsiasi altra informazione La preghiamo di contattare la guida.

visita il sito:

www.mpa-net.it

