



**IoCiSto** LA LIBRERIA DI TUTTI  
libri, viaggi e cose belle!

**24** | **FEBBRAIO**  
**Mercoledì** | **h 10:30**

Corso on-line di **Doria Sannino** su piattaforma  **zoom**



# OKI DO YOGA

È un percorso di studio e pratica di evoluzione personale centrati sull'armonia di corpo, mente, cuore, vita quotidiana, ambiente. I principi sui quali si fonda sono: la consapevolezza della postura, dello stato d'animo, del respiro, dell'azione non circoscritti alla pratica ma riprodotti nella vita quotidiana. La disciplina prende il nome dal M° **Masahiro Oki** che ne è il fondatore. Il M° **Yuji Yahiro**, suo discepolo, ne continua, arricchisce e diffonde lo studio attraverso la *Libera Università OKI DO MIKKYŌ YOGA*, che ha sede nel dojo di Colbordolo (Pesaro-Urbino).

Inizio del corso: **24 febbraio 2021**

Lezioni il **mercoledì**, dalle **10:30** alle **11:30**.  
Il costo del corso è di **40,00 Euro** mensili, da versare entro gli ultimi 10 giorni di ciascun mese.

Per prenotare inviare una mail a [iocistolibreria@gmail.com](mailto:iocistolibreria@gmail.com) o telefonare allo **081.5780421**



**Doria Sannino** ha frequentato la Libera Università OKI DO MIKKIŌ YOGA di Colbordolo, presso la quale ha sostenuto gli esami e ottenuto il diploma di III DAN, riconosciuto dal CSEN Nazionale. Tiene corsi OKI DO YOGA presso il *Centro Il Mare*, presso il *Centro DHARMA* e insegna alla scuola per istruttori OKI DO YOGA presso il *Centro Il Mare*, riconosciuta dal CSEN Nazionale.

Via Cimarosa, 20  
Piazza Fuga  
80127 Napoli



081.5780421



[info@iocistolibreria.it](mailto:info@iocistolibreria.it)  
[www.iocistolibreria.it](http://www.iocistolibreria.it)

