



Yoga Vrau!

Um grande amigo está chegando a Brasília, após passar por Salvador e Fortaleza, para oferecer ao público antenado da capital uma experiência única. Trata-se do instrutor de ioga Kadu Borges, que tem sua base no Rio de Janeiro e vai trazer para a capital o seu Yoga Vrau — Vital Reverberation Accessing the Universe ou Vai Rolar Algo Único!

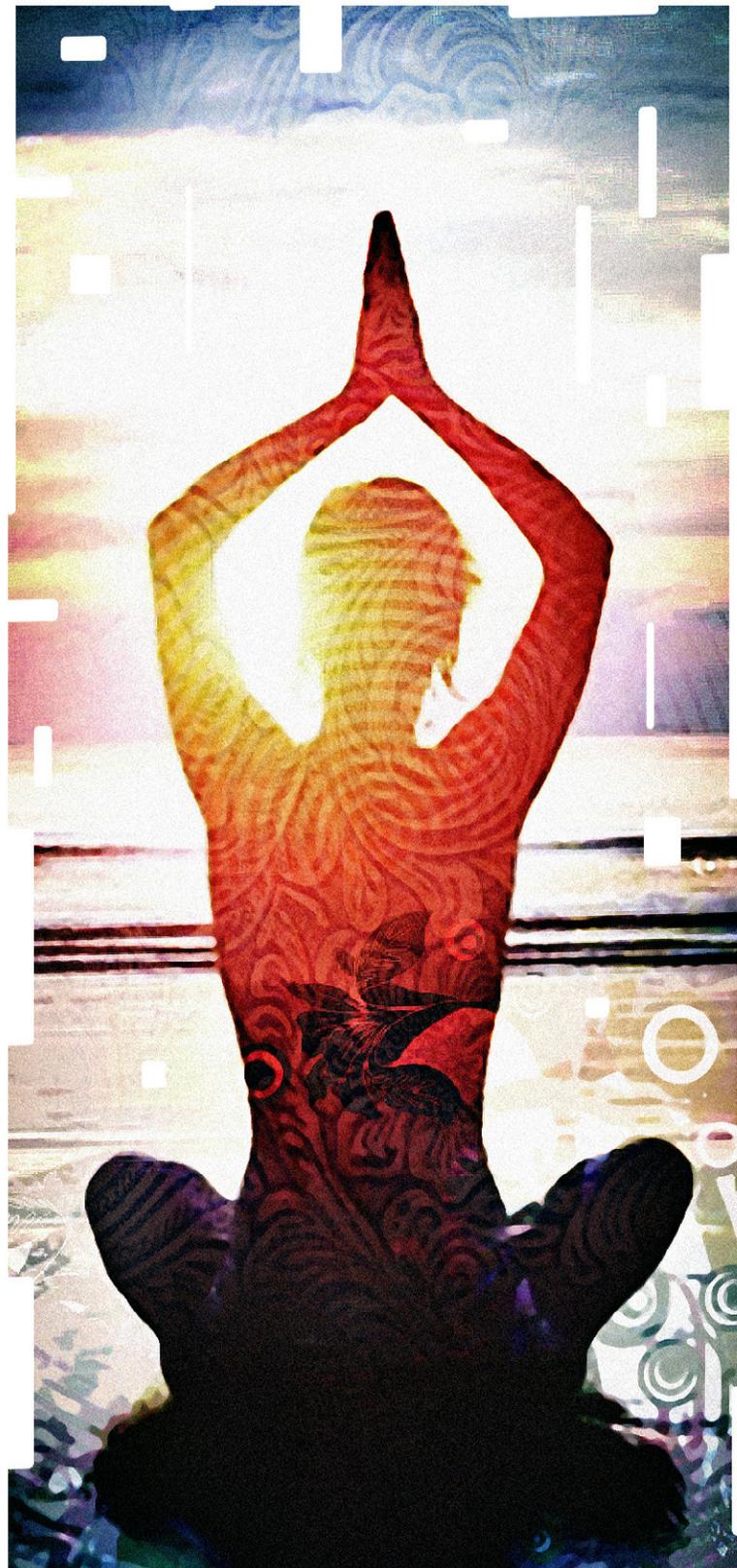
Com o intuito de estimular hábitos de vida mais saudáveis e conscientes e, principalmente, de conectar pessoas interessadas em autoconehecimento, terapias corporais, filosofia oriental, técnicas e práticas que promovam a expansão da consciência, cuidados com o corpo, com a mente e as emoções, enfim, gente que pertence à tribo dos buscadores, o instrutor vai conduzir uma prática super autêntica e divertidíssima em 18 de setembro, no Lago Norte.

O evento acontece em parceria com a @brasiliasimpleorganic, a @apetitnatural.bs, a @megusta.veg, o @quiosquedoatleta10, a @flowbaroficial, a @flow_foods, a @donaveganfmg e a querida produtora @liviandasvalias. Um verdadeiro laboratório coletivo em que a força da colaboração proporcionará uma jornada inesquecível aos participantes.

Todos unidos para estimular e desmistificar aquela ideia antiga de que uma vida em equilíbrio e conectada com o planeta é difícil e pouco prática! Aliás prática é a palavra de ordem do movimento!

Bora praticar ioga?

Super conectado com a sustentabilidade e o meio ambiente, o instrutor, que também atuou como assistente de direção no documentário *Amazônia, o Despertar da Florestania*, dirigido



MAURE

por Christiane Torloni e Miguel Przewodowski, defende que somos como células desse organismo maior chamado planeta Terra e que compreender isso faz parte do nosso processo de

evolução e expansão da consciência!

A novidade até poderia ser um tipo de homenagem ao cientista Inglês James Lovelock, que em sua teoria de Gaia propôs que todos os organismos são intimamente ligados, integrando um complexo sistema que se autorregula para manter as condições de vida no planeta.

A proposta de Kadu merece ser experimentada, recomendo com entusiasmo ao amigo leitor que participe e leve a

família e amigos. As informações e inscrições para participar desse super evento de ioga e meditação são feitas diretamente com o instrutor pelo seu perfil no Instagram: @kaduborgesyoga.