



@CLUBECORREIOBRASILENSE

## Conheça os parceiros e fique por dentro dos eventos da semana pelos vídeos no Instagram!

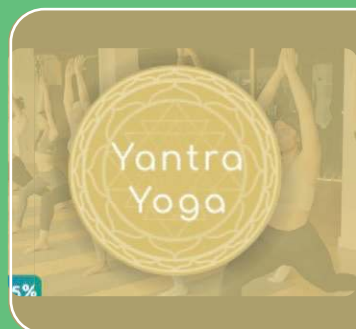
Essa semana:



### FAST ESCOVA

Unidades Lago Norte, Asa Sul e Vicente Pires  
Aproveite o desconto de assinante para cuidar da beleza.  
Desconto de Segunda a Quinta

clube 20%  
DE DESCONTO\*



### YANTRA YOGA

Mantenha corpo e mente alinhados com a prática de meditação guiada e yoga! Faça uma aula no Yantra Yoga e comece a sua jornada de autocuidado.

clube 15%  
DE DESCONTO\*



### ACUAS FITNESS

Academia ampla, moderna e pensada para proporcionar o melhor ambiente para os seus treinos.

clube 10%  
DE DESCONTO\*



Acesse o nosso site e veja as informações completas, além de todos os benefícios disponíveis

correiobrasileNSE.com.br /clubedoassinante

\*Consulte as condições de cada benefício no site. só serão concedidos aos assinantes mediante apresentação do cartão digital Clube do Assinante: [www.correiobrasileNSE.com.br/clubedoassinante](http://www.correiobrasileNSE.com.br/clubedoassinante). Os benefícios ou impresso e de um documento de identificação do titular da assinatura. Central de Atendimento Assinante: (61) 3342-1000 - opção 3.

## Integração corpo e mente do Yoga

O yoga hoje integra corpo e mente, e muitos praticantes buscam unir esses aspectos. Mas será que eles estão desalinhados ou separados? Essas questões estão no cerne do estudo do yoga.

Desde a antiguidade, a relação com o transcendente é evidente, desde pinturas rupestres até artefatos do homem de Neanderthal. A preocupação com o destino da alma após a morte é central em algumas tradições do yoga, que visam interromper o ciclo de reencarnações e sofrimento.

Atualmente, refletimos isso em filmes sobre mundos pós-apocalípticos, onde a esperança de um novo começo surge de cenários devastados. O yoga moderno, que busca a paz interna através da união da mente e do corpo, propõe a superação do sofrimento mundano. Contudo, valorizar o presente pode ser um caminho igualmente válido, acessível a todos nós.

### Serviço:

Yantra Yoga - (61) 99303-2522

Texto por:

Helton Azevedo, proprietário Yantra Yoga