



## ROMA TOUR 2019

*Self-Realization Fellowship*

### PROGRAMMA

**Il Tour** si svolgerà a Roma dal **19 al 22 settembre 2019**. La partecipazione è gratuita e rivolta a tutti, ad eccezione di alcune attività che sono riservate agli studenti iscritti alla Self-Realization Fellowship, ai nuovi iniziati Kriyaban e ai membri Kriyaban.

Tutte le attività si terranno all'Hotel Roma Aurelia Antica tranne la Conferenza pubblica di giovedì 19 che si terrà presso: Auditorium Parco della Musica - Sala Sinopoli - Viale Pietro de Coubertin, 30 Roma.

#### **Giovedì 19 Settembre**

21:00 – 22:30 Conferenza aperta al pubblico con meditazione guidata, seguita da un saluto ai partecipanti

#### **Venerdì 20 Settembre**

08:00 – 09:30 *Esercizi di Ricarica* e meditazione  
09:30 – 10:30 Colazione  
11:00 – 12:00 Revisione degli *Esercizi di Ricarica\**  
12:30 – 14:00 Pranzo  
16:00 – 18:30 *Esercizi di Ricarica* e meditazione guidata con *Kirtan*  
19:00 – 20:00 Conferenza  
20:00 – 21:45 Cena

#### **Sabato 21 Settembre**

08:00 – 09:30 *Esercizi di Ricarica* e meditazione  
09:30 – 10:30 Colazione  
11:00 – 12:00 Revisione tecniche *Hong-So* e *Om* con meditazione guidata\*  
12:30 – 14:00 Pranzo  
17:00 – 20:00 Cerimonia di iniziazione al *Kriya Yoga\*\**  
18:00 – 19:30 Conferenza per membri della SRF, familiari e amici  
20:00 – 21:45 Cena

#### **Domenica 22 Settembre**

07:30 – 08:30 Colazione  
08:30 – 10:30 Revisione del *Kriya Yoga\*\**  
10:00 – 10:45 Meditazione per coloro che non partecipano alla revisione del *Kriya Yoga*  
11:00 – 12:00 Servizio di Ispirazione  
12:30 – 14:00 Pranzo  
14:00 – 15:00 *Satsanga* e programma di chiusura

\* Riservata agli studenti delle lezioni della *Self-Realization Fellowship*.

\*\* Riservata ai soli *Kriyaban*.

Gli incontri sono rivolti agli adulti, ma possono parteciparvi anche ragazzi che abbiano compiuto 12 anni e che siano iscritti alla Self-Realization Fellowship. I bambini più piccoli non possono partecipare agli incontri. Vi chiediamo di non effettuare registrazioni audio o video (incluse le riprese con il telefono cellulare) durante gli incontri: le fotografie sono ammesse solo nelle aree esterne. Grazie per la collaborazione.