



Corso di yoga

Pratiche per un ascolto e per una maggiore consapevolezza di sé, per lasciar emergere e allentare le tensioni e ri-orientarsi verso una condizione di benessere. Lezioni in piccoli gruppi.

A chi è rivolto: a tutti

Organizzatore: Mara Zanella - insegnante di yoga

Durata: un'ora a incontro

Costo: contattare l'insegnante

Informazioni e prenotazioni: benesserearmonia@tiscali.it oppure cell. 366 7291101

(Attività professionale disciplinata ai sensi della legge 14/1/2013, n.4 G.U. 26/1/2013, n.2)

