

CORSO INTRODUTTIVO Yoga Iyengar

*Cogliete il fiore che racchiude in sé la flessibilità
del corpo,*

la calma della mente, la pace dello spirito,

YOGA significa in sanscrito "unione".

Unione delle diversità che sono in noi e che,
se in conflitto tra loro, sono motivo di ansie
e malesseri. Attraverso le pratiche yoga,
che ci sono tramandate dall'antica
saggezza indiana, ritroviamo salute,
consapevolezza ed energia.

**CORSO TRIMESTRALE
DAL 18 SETTEMBRE AL 18 DICEMBRE**

TUTTI I MERCOLEDI'

Corso A dalle 15.45 alle 17.15

Corso B dalle 17.30 alle 19.15

I corsi si terranno presso Ospedale Oftalmico

Costo del corso Euro 60

Per iscrizioni scrivere mail a: cralsanitorino@gmail.com

Riservato ai soci CRAL

Per info: 3282754531

Per iscrizioni scrivere mail a: cralsanitorino@gmail.com

Per iscrizione al Circolo Ricreativo richiedere il modulo scrivendo messaggio WhatsApp al numero



388.735.39.13

WhatsApp