



HATHA YOGA XL

UN SABATO AL MESE DALLE 9 ALLE 11

21 SETTEMBRE

19 OTTOBRE

16 NOVEMBRE

14 DICEMBRE

18 GENNAIO

22 MARZO

26 APRILE

24 MAGGIO

Lo Hatha Yoga, una parte della filosofia dello Yoga, aiuta a conquistare buona salute, forza fisica, vigore e grazia nel corpo.

Le Yogasanas (posizioni) possono procurare sollievo e curare le persone che soffrono.

Quale è la persona che non lo desidera?

Due ore di lezione per approfondire gli insegnamenti tramandati dal Maestro Sri Sri Sri Satchidananda Yogi, lo Yogi Silente di Madras.

Costo della lezione € 25
prenotazione obbligatoria causa posti limitati

SPAZIO NILAYA

VIA VITTORIO BERSEZIO 12 PEVERAGNO (CN)

www.spazionilaya.com | tel: 3400657008 | spazionilaya@gmail.com