

HATHA YOGA XL

Yoga deriva dalla radice sanscrita
"Yug": Unire.

Si deve intendere come l'unione dei
mondi fisici, emozionali e spirituali.

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

Una mattina al mese per
approfondire lo yoga come via
filosofica esperienziale che
accompagna la Vita.

SABATO ORE 9,30 - 12

11 OTTOBRE

con Valeria Pretato

15 NOVEMBRE

con Concetta Ferrara

13 DICEMBRE

con Valeria Pretato

YOGANILAYA

via Bergia 8, Borgo San Dalmazzo

costo €25

cel: 3400657008

spazionilaya@gmail.com

www.spazionilaya.com

