

RESTORATIVE YOGA

una pratica stile YIN che permette di calmare la mente, equilibrare il sistema nervoso, rilassare il corpo in modo profondo, e aiuta a rilasciare lo stress cronico

PROVA GRATUITA

PER PROVARE PORTA CON TE:
UN TAPPETINO, ASCIUGAMANO, ACQUA,
UN CUSCINO DI QUALSIASI DIMENSIONE
E SE TI FA PIACERE, PER IL TUO RELAX,
PORTA UNA COPERTA

per info messaggio WhatsApp: 3319493594



con il patrocinio del Comune di Busto Garolfo

se questa pratica ti è piaciuta
ISCRIVITI ALLE NOSTRE MINICLASSI

TUTTI I GIOVEDÌ di giugno e luglio

lezione 1 alle ore 19.30

lezione 2 alle ore 20.30

LE MINICLASSI SONO LEZIONI
A NUMERO CHIUSO, DA 3 A 7 PARTECIPANTI

per info messaggio WhatsApp: 3319493594