Col patrocinio del

Comune di Bologna | Quartiere Navile

Associazione di Volontariato Cà Bura APS

CORSO GRATUITO DI YOGA APERTO A TUTTI

La strada verso il benessere

Martedì 15 ottobre ore 10,45

PRESENTAZIONE DEL PROGETTO SALUTE

Attraverso movimenti mirati e attraverso il respiro, si condurranno i partecipanti ad un maggiore ascolto del proprio corpo e alla comprensione del suo funzionamento, al fine di riuscire a trovare il proprio equilibrio e benessere fisico.

DOVE:

Presso salone dell'Associazione Cà Bura APS
Via dell'Arcoveggio 59/8, Bologna

Claudia Munari insegna yoga dal 2008, diplomandosi insegnante yoga Isyco (quadriennale) nel 2011 e completa la sua formazione come kinesiologa e riflessologa.

Nella pratica che propone, Claudia cerca di portare una visione della persona a 360 gradi proponendo negli esercizi tutto ciò che ha acquisito negli anni.

Per informazioni e iscrizioni:
caburabenessere@gmail.com
tel. 3288644967 si prega di mandare un messaggio

Prenotazione Obbligatoria - Posti Limitati