

**UN'OPPORTUNITÀ
PER CONOSCERE
UN ALTRO STILE DI VITA**

YOGA PORTE APERTE



YOGA ASSOCIAZIONE NAZIONALE INSEGNANTI

www.insegnantiyoga.it

lezioni gratuite

presso Associazione culturale e ricreativa CLUB DESIREE

Via G. Watt, 5

Milano zona 6 – M2 PtaGenova, tram 2, bus 47/74/325/95

Sabato 28 Gennaio 2012

ore 10,00 pratica KUNG FU ore 15,00 pratica Taijiquan

Domenica 29 Gennaio 2012

ore 09,30 pratica di MEDITAZIONE
ore 10.00 pratica YOGA RATNA *per adulti*
ore 12.00 pratica MUMMYOGA in *gravidanza*
ore 15.00 pratica LILA YOGA RATNA *per bambini* (7-12 anni)
ore 16.30 pratica YOGA RATNA *per adulti*

PER INFORMAZIONI: lasciatirespirare1@hotmail.it – telefono 348.2602607