CENTRO YOGA

Associazione Sportiva Dilettantistica

A.S.D. CENTRO YOGA

Corsi di YOGA AL MATTINO

*"Lo **YOGA** è una DISCIPLINA ANTICHISSIMA, un processo di sviluppo di tutte le nostre potenzialità: ha attraversato indenne il Tempo e lo Spazio per approdare a noi ed aiutarci a superare la fragilità della nostra vita."*

PERCHÉ PRATICARE LO YOGA?

- per aumentare forza fisica ed energie in un corpo agile, ben modellato ed elastico
- per prevenire e curare i disturbi tipici del nostro tempo (cervicalgie, lombalgie, emicranie)
- per regolare la respirazione, favorendo benessere e vitalità
- per imparare a rilassarsi ed a concentrarsi
- per SCOPRIRE I SEGRETI DI UNA VITA SANA E FELICE

Da OTTOBRE
tutti i GIOVEDI'
Dalle ore 10,30 alle ore 12,00

Centro Yoga
Via San Donato, 101
Bologna
www.centroyoga.eu

PER INFORMAZIONI TELEFONARE AL NUMERO **393 4692172**
O PRESENTARSI NEI CENTRI DURANTE GLI ORARI SUINDICATI

BUONO OMAGGIO
PER UNA LEZIONE GRATUITA