



MERCOLEDÌ 26 MARZO 2014 ALLE H 16,00
IN OCCASIONE DELLA

SETTIMANA DELLO SPORT

PRESSO LA RESIDENZA PER ANZIANI

PALAZZO CALIGARIS

SI TERRA' UNA

LEZIONE DI YOGA GRATUITA

APERTA ALLA POPOLAZIONE

TENUTA DAL MAESTRO RENZO CORNETTI

DI A.s.d.c. Re.Ai.

PARTECIPATE NUMEROSI!!!

“ Lo yoga è un'antica disciplina che ci aiuta, con le sue posizioni, a mantenere sano ed elastico il nostro corpo. Insegna ad entrare in intimità con il nostro mondo emotivo, interiore e mentale alla ricerca di equilibrio ed armonia. Lo yoga può essere praticato da tutti senza distinzione di sesso e età, aiuta ad accettare e a conoscere se stessi e a stare meglio con gli altri “

