



# Corso di Yoga

Classe di yoga per lavorare sulla connessione mente e corpo. Imparerai a muoverti con il respiro, a superare quelli che credi siano i tuoi limiti e scoprire la tua forza interiore. Ci sintonizzeremo con sentimenti quali la gratitudine e la compassione verso noi stessi, verso gli altri e verso il mondo

*Lunedì*



10 luglio 2023 - 20.15 / 21.45



Parco della Pace - Cabiате  
In caso di mal tempo Via  
Cadorna, 47 - Meda

€ 5,00 tesserati Energydea  
€ 15,00 non tesserati

## Contatti

 345.9307639  
info@energydea.org  
www.energydea.org

