

# MARINAGRANDE DI VISERBA

## NOVITA' ESTATE 2018

### RELAX YOGA AL TRAMONTO



Una buona opportunità per praticare Yoga in riva al mare con semplici posizioni di Hatha Yoga Basic e facili tecniche di respirazione rigeneranti. La pratica è adatta a tutti, regala più elasticità e più tono al corpo, rilassa profondamente la mente, migliora l'umore. Il respiro consapevole nei movimenti unisce tutti i benefici di questa antica e moderna pratica millenaria.

Con **DANIELA PEZZI**  
Opeatore Olistico S.I.A.F. e  
Operatore Hatha Yoga EFOA

**IL LUNEDI'**  
**DALLE 18:30 ALLE 19:30**  
**ZONA 25 DUNE CAFE'**  
**(GIUGNO-LUGLIO-AGOSTO)**

**PRESENTAZIONE**  
**LUNEDÌ 4 GIUGNO**  
**LEZIONE GRATUITA**  
**PER TUTTI**

**SERVIZIO A PAGAMENTO,**  
**POSSIBILITA' DI ACQUISTO LEZIONE SINGOLA**  
**OPPURE PACCHETTI CONVENZIONALI.**  
**CONTATTI PER INFORMAZIONI E D ISCRIZIONI:**  
**ELENA 328.7120423 PLAYA TAMARINDO ZONA 31 VISERBA**  
**DANIELA 388.4943002**

