

MYA
GYM



*Che tipo di yoga
praticherai con me?*

YOGA INTEGRALE:

*yoga dinamico che delle
origini dell' Ashtanga e
Vinyasa yoga si muove
alla creazione di sequenze
armoniche ideate in base
ad obiettivi ed esigenze
diverse del praticante.*

***Equilibrio,
rilassamento,
flessibilità,
concentrazione,
intuito e
consapevolezza.***



Yoga per Adulti

Inizio lezioni 5 Ottobre 2015



*I corsi sono tenuti da
Giulia Casadei*



lunedì

dalle 20:00 alle 21:00 Domagnano

martedì

dalle 19:00 alle 20:00 Serravalle

giovedì

dalle 19:30 alle 20:30 Domagnano

per info e iscrizioni:

Giulia 333/4998873 - giuliacasadeiyoga@gmail.com

myagym@hotmail.it - www.myagym.jimdo.it

facebook