

CORSI DI YOGA A CHIGNOLO D ISOLA



Luogo

Lombardia, Chignolo d'Isola

<https://www.annunci.it/x-10519-z>



CORSI DI YOGA

Con Insegnanti della Federazione Italiana Yoga

SEDE CORSI: ISOLA MEDICAL

Via Galileo Galilei, 39/1 CHIGNOLO D'ISOLA

INFO : tel. 346.8229302

LEZIONE DI PROVA GRATUITA

Yoga Vinyasa deriva dalla tradizione dell'Hatha yoga; è una forma più dinamica e creativa di questa antica disciplina.

Questo tipo di yoga permette di sperimentare la creatività di corpo e mente, in una fusione di sequenze a volte fluide e armoniose, a volte potenti e stabili.

E' una forma di yoga adatta a persone di ogni età, perché le sequenze vengono modellate in base alle singole situazioni.

• YOGA RISVEGLIO AL MATTINO

Yoga al Mattino viene proposto per risvegliare ed armonizzare corpo e mente e riportarli così all'equilibrio con un ambiente meno positivo. Il senso piacevole che comprende sia il fisico che particolare connivenza e sincronismo energetico.

Le sequenze di dynamic stretching, gli statics, i vinyasas, oltre ai respiri profondi che permettono della riacquisto anche aiutano a riattivare nel corpo una rinnovata energia vitale è un piacevole senso di benessere.

<https://www.annunci.it/x-10519-z>

CORSI DI YOGA A CHIGNOLO D ISOLA

<https://www.annunci.it/x-10519-z>

-
- un'atmosfera accogliente, dove poter fare anche piacevoli amicizie
 - insegnanti qualificati dalla Federazione Italiana Yoga e garantiti da un'esperienza ventennale
 - programmi adeguati alle esigenze dei partecipanti