

RILASSATI CON LO YOGA...



Luogo

Lombardia, Casalpusterlengo

<https://www.annunciici.it/x-216399-z>

Scopri lo Yoga per rilassarti profondamente e coltivare l'armonia.

La pratica dello Yoga aiuta a rafforzare corpo, mente e spirito per sviluppare il tuo potenziale nascosto, vivere a pieno il momento presente e affrontare le sfide della vita con serenità.

Cosa imparerai:

- posizioni yoga (asanas)
- rilassamento e respirazione
- concentrazione e meditazione

Benefici:

- ti rilassi profondamente e ti liberi dallo stress quotidiano;
- entri maggiormente in contatto col tuo corpo, che diventa più vivo, flessibile e pieno di energia;
- impari ad essere in armonia con te stesso e con l'ambiente che ti circonda;
- esplori la connessione col tuo Sé più profondo;
- scopri la quiete e la gioia che si trovano dentro di te.

Vieni a provare! Chiudi



RILASSATI CON LO YOGA...

<https://www.annunciici.it/x-216399-z>

RILASSATI CON LO YOGA...

<https://www.annunciici.it/x-216399-z>