

Seminario di yoga

condotto da Alessia Giannone (diplomata SFIDY)



- 09.30 Ritrovo alla Cetina
- 09.45 Lezione di Yoga (nella chiesina della Cetina)
- 13.00 Pranzo in condivisione (ciascuno porta qualcosa da condividere)
- 15.30 Passeggiata verso la Pieve di Pernina ed il Romitorio
- 16.30 Momento di pratica all'aperto
- 18.00 Ritorno alla Cetina

La partecipazione è rivolta a tutti, principianti e praticanti esperti

Per informazioni ed iscrizioni
Alessia Giannone 3474260314 - alessiagiann@hotmail.com