LEZIONE DI YOGA

DETOX

Con Franca e Birgit

GIOVEDI 31 MARZO

ORE 18:30

Eliminiamo le tossine accumulate durante l' inverno con lo yoga, attraverso asana, pranayama e mudra

"Il tuo corpo e la tua mente:una lavagna su cui riscrivere … sentiti fresco, sano e pulito"

A fine lezione ci sarà un apericena DETOX

INFO E PRENOTAZIONE

A.s.d. Pensare con il corpo

Cell. 324.7741063

pensareconilcorpo@gmail.com

Viale di Porto 399 Maccarese (Rm)

www.pensareconilcorpo.jimdo.com