



# CORSO DI YOGA DO-IN

OGNI GIOVEDÌ

DALLE 13.30 ALLE 15.00

PRESSO IL CIRCOLO ARCI SHANTI E SCIANTI

VIA GROPELLO 15

TORINO



TORINO, 20 MARZO 2012: il Circolo Arci Shanti e scianti organizza un corso di yoga, a cadenza settimanale, ogni giovedì, dalle 13.30 alle 15.00, presso la propria sede, in via Gropello 15 - Torino.

Semplici esercizi per liberare il corpo e la mente.

Questa pratica è di facile ed immediata comprensione, consiste in semplici esercizi fisici combinati con l'automassaggio preso dalla tradizione giapponese.

È una pratica aperta a tutti e serve soltanto un abbigliamento comodo.

Ingresso riservato ai soci Arci.

Per info e prenotazioni:

Sandro 3384728365

Calendario del mese di aprile:

Giovedì 5 aprile

Giovedì 12 aprile

Giovedì 19 aprile

Giovedì 26 aprile