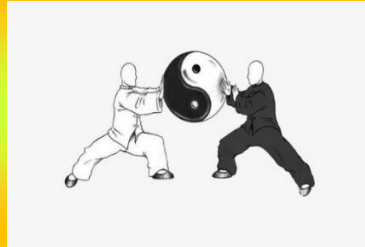




PROGETTO

“VERO BENESSERE”

POLO LIONELLO



**TAICHI-CHIKUNG DA LUNEDI 24 SETTEMBRE 2018**

**ORARIO 18,30- 19,30**

MOVIMENTO E MEDITAZIONE

(Tai Chi), è una proposta particolare che combinal'allenamento della mente, delle articolazioni edella muscolatura superficiale e profonda. Esso costituisce un potente approccio olistico alla salute ed al benessere



**ASHTANGA VINYASA YOGA DA VENERDI 21 SETTEMBRE 2018**

**ORARIO 18,00-19,00 CORSO BASE**

**19,30-21,00 PER PRATICANTE ABITUALE**

ATTRAVERSO LO YOGA E LA MEDITAZIONE IMPARERETE A PRENDERE CONOSCENZA DI VOI STESSI E DEL VOSTRO CORPO

**PROFESSIONAL OPERATORS OLISTIC CENTER**

*Jorge Jimenez: Diplomato in Bionaturopatia, Massaggio Terapeutico, Massaggio Sportivo, Chiroprassia, Osteopatia Cranio Sacrale e Strutturale, Ginnastica Posturale. Istruttore di Yoga e Maestro di Arti Marziali*

*Mara Talluri: Diplomato in Yoga Ashtanga, Yoga Kids, Fitness Posturale, Massaggio Sportivo*

**PHONE-** 340 3845757 /348-8887425



**NAMASTE**