



Circolo Ricreativo Dipendenti Provinciali

ALLA SCOPERTA DELLO YOGA

Dove: Trento, parco MUSE

Quando: 17-20-24-27 settembre e 1 ottobre

Quote di partecipazione

Soci: € 53,00 con 10 partecipanti; 35,00 con 15 partecipanti

Posti disponibili: 15 (minimo 10)

Orari: dalle 17:00 alle 18:00

Iscrizioni a partire da martedì 3 settembre, fino a venerdì presso la sede del circolo contestualmente al pagamento della quota.

Il Circolo, in collaborazione con Francesca Badolato "Hatha Yoga Studio", organizza un corso di avvicinamento allo Yoga (asana) e pranayama (tecniche di controllo del respiro), un complesso di tecniche con le quali si cerca di attuare l'emancipazione dell'individuo dagli stimoli fisici e psichici, per portarlo a un'assoluta integrità spirituale.

E' necessario munirsi di un tappetino, indossare abiti comodi e una copertina o una maglia in più per il rilassamento.

In caso di pioggia la gioranta verrà annullata e sarà recuperata in altra data da concordare.

Il consigliere responsabile
Ivano Marchi

Crdp

Via Mantova 67, 38122 Trento

Tel 0461-495126

E-mail: circolo@provincia.tn.it

www.circolopat.it