



Circolo Ricreativo Dipendenti Provinciali

YOGA ALL'APERTO

L' estate è il momento giusto per provare lo yoga all'aperto, traendone il massimo giovamento. **Il vento sulla pelle, i suoni della natura e la luce ci permettono di fare il pieno d'informazioni sensoriali, aiutandoci ad armonizzare il nostro corpo con il mondo che ci circonda.**

Ti abbiamo incuriosito? Prova anche tu: ti bastano un luogo silenzioso e tranquillo, una stuoia e un abbigliamento leggero, che non ostacoli i movimenti.

In previsione di una lunga estate calda il Circolo organizza un ciclo di 6 lezioni di avvicinamento allo yoga che si terrà il **giovedì dalle ore 17.00 alle 18.30** presso il parco di Martignano a partire dal giorno 14 luglio 2011.

Costo individuale:	soci	25,00 euro
	familiari	35,00 euro

Le iscrizioni si raccolgono presso la sede del Circolo entro giovedì 7 luglio.

I Consiglieri responsabili dell'attività
Sabrina Camin