



SHANTI MARGA
Centro Yoga

Uno sguardo verso il Cielo

sabato 19 febbraio 2022 ore: 10,00 - 12,00



C. D. Friedrich, *Viandante sul mare di nebbia*, 1818, Amburgo

Lo yoga come meditazione
No, non vi preoccupate, non staremo 2 ore seduti immobili...
anche per meditare serve il corpo fisico allenato, perciò faremo anche
posizioni che aiutino lo stato meditativo...

Laboratorio esperienziale aperto a tutti/e
conduce Cinzia Picchioni

Per info: info@shantimarga.it - www.shantimarga.it - Tel. 011.19916941

Centro Yoga Shanti Marga Via Assarotti 9, Torino