

trova la tua pace



Docente:
OLGA LARI

**Istruttrice certificata,
diploma Acsi
e cartellino tecnico**



NUOVO CICLO DI CORSI:
DA SABATO 3 OTTOBRE

Corso di YOGA

TUTTI I SABATI- ORARIO 9-10

Lo yoga ha molti benefici per la salute, come migliorare la flessibilità, la forza muscolare, la postura e l'equilibrio. Riduce lo stress, l'ansia e migliora il sonno e la consapevolezza del corpo e della mente.

Per info e contatti 340 6539045



Associazione Centrale Universo Aps



Via Alcide de Gasperi 24 - Seravezza



segreteria@centraleuniverso.it

www.centraleuniverso.it

P Iva Cod. Fiscale 02710640463

