

SCUOLA DI YOGA

CENTRO NATURA

**DAL 1979 DEDICHIAMO IL NOSTRO IMPEGNO
ALLA DIFFUSIONE DELLA PRATICA YOGA A BOLOGNA**

15 insegnanti altamente qualificati

Anni di formazione e aggiornamento costante, ti garantiscono una guida esperta e attenta.

Varietà di stili fra tradizione e modernità

Hatha yoga, yoga dinamico, yoga e tecnica Alexander, yoga posturale, yoga therapy, anusara, ashtanga vinyasa, yoga dolce, meditazione, mindfulness, pratiche respiratorie.

Yoga in gravidanza, yoga mamma bimbo, yoga bimbi, yoga genitori e bimbi insieme.

Lezioni individuali

Per un approccio personalizzato alla pratica.

Approfondimenti

Seminari di studio e di pratica, approfondimenti teorici, cene indiane e attività culturali.

Molteplicità di orari

Dal lunedì al sabato, dalle 7.30 del mattino alle 21.30 puoi trovare sempre un momento per praticare.

Lezioni Estive

La pratica continua anche in estate presso Centro Natura e all'aperto, in parchi di città e collina.

Prove gratuite fino a giugno

Prova i corsi gratuitamente e scegli quello più adatto a te.

Prenotazioni presso segreteria: dal lunedì al venerdì dalle 11:00 alle 14:00 e dalle 16:30 alle 20:30

Tel. 051 235643 oppure 051 223331

yoga@centronatura.it

www.centronatura.it

