

LE TORSIONI

LA SPIRALE È LA VITA

Con **Barbara Donati**

venerdì 9 maggio 2025, ore 17.30-19.30

Le torsioni sono posizioni inserite in tutte le pratiche di yoga, ma le conosciamo abbastanza?

Con una parte teorica e una sequenza armonica cercheremo di conoscerle meglio per eseguirle in maniera più consapevole sia nella pratica yogica che nella nostra quotidianità.

Per praticanti di yoga di qualunque scuola e livello.

.....

via degli Albari, 4/a - Bologna
Tel. 051 223331 - 051 235643
yoga@centronatura.it

www.centronatura.it



Centro Natura



Centro Natura



Centro Natura Bologna

Inquadra il QR CODE
per maggiori info

