Comune di Cavallasca Assessorato alla Cultura **inBIBLIOTECA**

CORSO DI YOGA

per principianti e avanzati

GIOVEDì 16 SETTEMBRE 2010

1°TURNO :tutti i giovedì dalle 19,00-20,15
2°TURNO :tutti i giovedì dalle 20,30-21,45

COSTO: 85 EURO A TRIMESTRE (12 lezioni)

-Il corso si svolgerà presso la Scuola Primaria di Cavallasca-

"LO YOGA E UNA SCIENZA MILLENARIA, E' L'ARTE DEL VIVERE! PRATICANDOLO CON COSTANZA SI SVILUPPANO FORZA ED AGILITA', EQUILIBRIO ED ELASTICITA'.
TUTTI I MUSCOLI ED I LEGAMENTI LAVORANO IN MODO ARMONIOSO, AUMENTA LA CAPACITA' DI CONCENTRAZIONE E MIGLIORA LA QUALITA' DEL RESPIRO LASCIANDOCI IN UNA CONDIZIONE DI PACE E SILENZIO INTERIORE."

**INFORMAZIONI E ISCRIZIONI PRESSO LA BIBLIOTECA COMUNALE DI CAVALLASCA (APERTURA: LUN-MART-MERC-VEN-SAB DALLE 15.30 ALLE 18.30 e GIOVEDì DALLE 18.00 ALLE 21.00
OPPURE TEL.031210455)**