



Yoga con Bagno di Suoni

Con Monica Gala (Yoga) e Elisa Guerrini (Suoni)

Domenica 27 gennaio dalle 17:00 alle 18:30



Sessione speciale di **Hatha Yoga** accompagnata dal **Bagno di Suoni**:
una pratica rilassante e meditativa dove corpo e mente si sincronizzano con l'aiuto del suono per entrare in profondità nelle posizioni e nel respiro.
La pratica dello yoga abbinata al bagno di suoni favorisce il riequilibrio energetico, aiuta a lasciar andare le tensioni fisiche e mentali
e crea un senso di calma interiore, di completezza e di serenità.

Costo €20

Per iscriversi

Mail: info@yogaincentro.it soren114@hotmail.com Tel: 328-966 0501