



**La Grotta di Cristallo asd  
Via dei Mille 13 Fidenza**

**vi invita al corso :**

## ***“Respirando lo Yoga”***

**Pratiche yogiche personalizzate  
attraverso sequenze di viniyoga**

**“Il Viniyoga è basato sull’arte della pratica personale.**

**L’obiettivo è quello di percepire cosa succede al nostro corpo quando lo  
utilizziamo e imparare a riconoscere di cosa ha bisogno”**



**I corsi si svolgeranno**

***Il venerdì dalle 18 alle 19.10  
e dalle 19.20 alle 20.30***

***Si prega di confermare  
la propria partecipazione ai n.  
347/9584119 (Rosita)- 328/8349947***

**Le lezioni saranno condotte da  
*Rosita Furlotti***

