



ALTE - Associazione "La Terza Età"
Associazione di Promozione Sociale
Via della Chiesa 3
SAN DONATO MILANESE - MI



Lo yoga è una pratica millenaria che fa bene a corpo, postura, respiro e spiritualità.

Oltre a benefici di carattere più prettamente fisico lo yoga influisce positivamente anche a livello psichico, favorendo profondi stati di rilassamento e di concentrazione.

Via Della Chiesa 3

Insegnante **Magnoleretto Paola**

Martedì 17.00-18.00

Il corso inizia il 9 novembre e termina a fine maggio

Quota d'iscrizione 55 €

