Sabato mattina con lo yoga

Pratica di asana e di concentrazione

Mattine dedicate allo yoga, pensate per coloro che desiderano approfondire, in un senso spirituale, il tema dei chakra, con lo studio di un testo, esercizi pratici ed un primo approccio alla meditazione.

Date:

- **Sabato 14 novembre 2026**
- **Sabato 30 gennaio 2027**
- **Sabato 27 marzo 2027**
- **Sabato 29 maggio 2027**

E’ possibile partecipare ad un singolo incontro oppure al ciclo di formazione completo di 5 incontri.

Per maggiori informazioni e prenotazioni:
Caterina Rossi Cairo 393.2469888
www.pedagogiadelsole.it





Immersi nelle verdi colline
All’interno della Cascina del Melo, Pasturana (AL) Piemonte