



# COMUNE DI VARISELLA BIBLIOTECA C.le

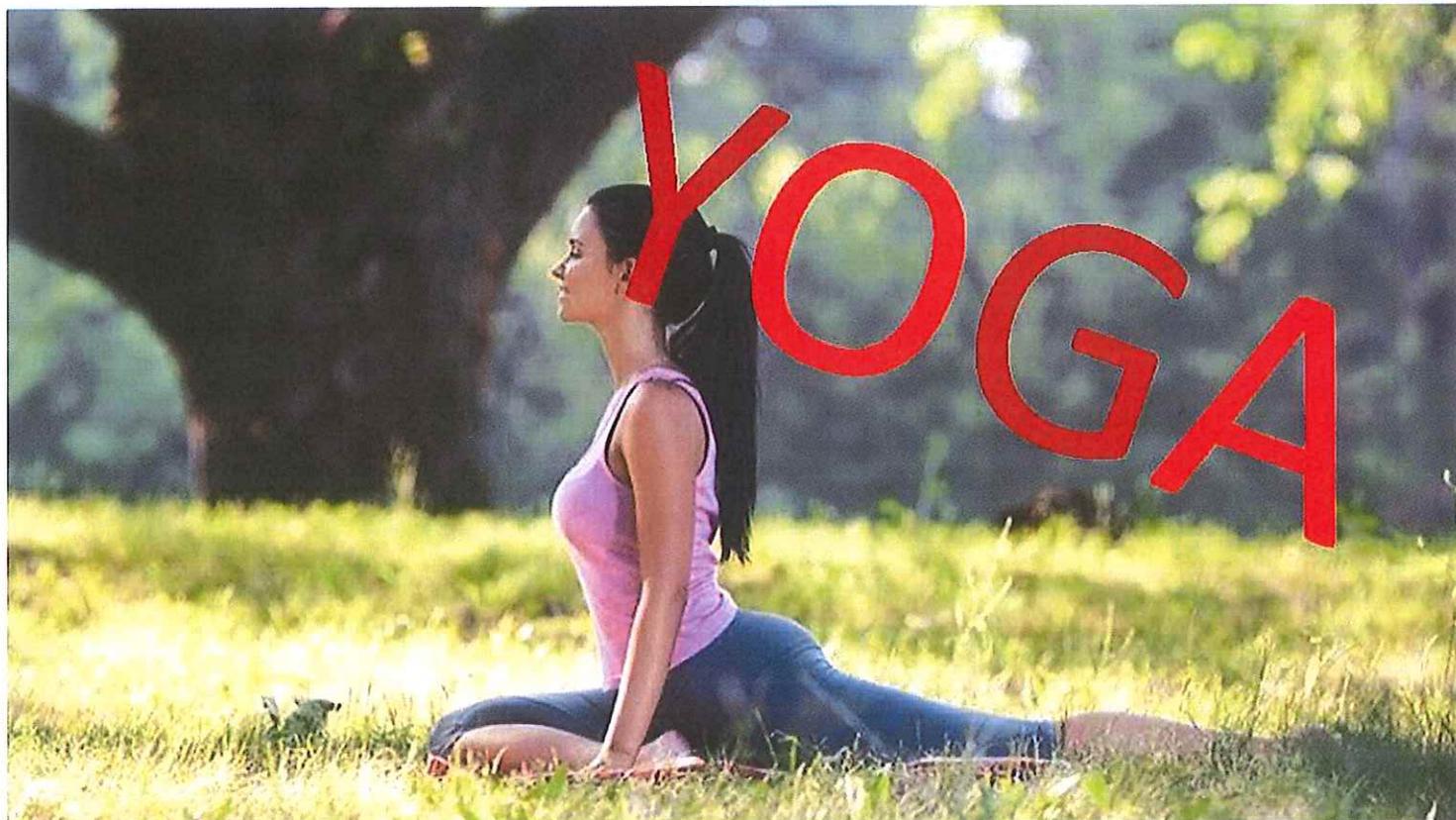
(Provincia di Torino)

Via Don Giocondo Cabodi n° 4, 10070 VARISELLA - Tel. 011/92.49.375 Fax. 011/92.49.308

e-mail: [info@comunevarisella.to.it](mailto:info@comunevarisella.to.it)

C.F. 83002070015 - P.I. 01399790011

## ORGANIZZA



La pratica yoga migliora il rapporto tra corpo e mente

-favorisce la distensione muscolare e nervosa

-Incrementa la capacità respiratoria

-Stimola il sistema immunitario e la fiducia in se stessi

**16 LEZIONI**

**DA LUNEDI' 24 febbraio 2020**

**Dalle ore 21,00 alle 22,15**

**Presso il salone Comunale Via Cabodi 4**

*A cura*

*Dott. Ivan Bono, Biofisico e Dottore in Scienze psicologiche*

*Counselor in Psicosintesi e Terapista Shiatsu*

Informazioni e iscrizioni: 3466946550 - 3280287813