



Corso di YOGA DELLA RISATA

PREMESSA

Il corso deve intendersi come momento per imparare a vivere con più leggerezza e consapevolezza le tensioni – Dominare le emozioni – coordinare i movimenti – gestire il respiro e RIDERE RIDERE RIDERE .

GIORNATE	ORARIO	DURATA CORSI
MARTEDI'	ORE 17:40 -19:00	DAL 12/01/2016 al 29/03/2016

Nota bene: no corso il 28/3/2016

Iscrizioni, a partire dal **4 gennaio 2016**, presso Segreteria del Centro Sociale L' AIRONE, via Marconi 14, 40055 CASTENASO, aperta nei giorni LU-MAR- MER-GIO-VEN ore 9:00-11:30, LUN 18:00-20:30. Il numero min. di iscritti è di 6 il max. di 10 per corso.

IMPORTANTE: i corsi sono rivolti ai soli soci ANCeSCAO. In regola con il rinnovo della tessera
Prendere visione del "REGOLAMENTO PER GLI ISCRITTI AI CORSI "