



Corso di Yoga della Risata e Posturale

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
POSTURALE MARTEDI'	ORE 17:30 -18:30	DAL 27/09/2016 al 13/12/2016 NO 01/11/16
RISATA MARTEDI'	ORE 18:40 -19:40	DAL 27/09/2016 al 13/12/2016 NO 01/11/16

Iscrizioni: a partire dal **5 settembre 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 12 per corso.**

IMPORTANTE: i corsi sono rivolti ai soli soci ANCeSCAO, con tessera valida per l' anno 2016.

Prendere visione del "REGOLAMENTO PER GLI ISCRITTI AI CORSI "