

WORKSHOP DI ANUSARA YOGA

CON ELISA GUFFANTI



Nello yoga, Shiva e Shakti sono due mitici amanti, la coppia perfetta che simboleggia la fusione dello spirito e della forma. In questo workshop partiremo da loro per intraprendere un percorso avvincente tra mito, filosofia, pratica di asana e meditazione e sentire sempre di più cosa è lo yoga.

DOMENICA 22 MAGGIO 2022

dalle 10 alle 12

presso la palestra Dynatek in Viale Italia 13/A a Brescia

Elisa Guffanti
insegnante di Hatha Yoga
Anusara® Inspired
Socio ordinario YANI



per informazioni
tel. 327 7345125
info@elisaguffantiyoga.it
www.elisaguffantiyoga.it