



con il patrocinio del
Comune di San Biagio di Callalta

CORSO DI YOGA

Lunedì 16-23-30 MARZO 2026

Lunedì 13 APRILE 2026

dalle ore 10.45 alle ore 11.45

CENTRO SOLLIEVO SAN BIAGIO DI CALLALTA

Piazza. Tobagi, 13

4 lezioni di Yoga

CON **LORIS DE MARTIN, INSEGNANTE DI
YOGA INTEGRATED METHOD PER LA GRANDE ETÀ**

Un percorso in **4 lezioni**.

Benessere per corpo, mente e cuore.

Migliora la qualità del sonno,

riduce il rischio di cadute

e dona consapevolezza corporea.

Una pratica dolce e adatta a tutti,

dove il respiro, il ritmo e l'ascolto

del proprio corpo fanno la differenza.

ingresso libero

fino ad esaurimento posti

prenotazione obbligatoria



INFO E PRENOTAZIONI FINO AD ESAURIMENTO POSTI

334 7377678 (Anteas San Biagio)