

Shangri-la all'aperto
al
WEEKEND TERGOLANDIA 2019
DOMENICA 23 GIUGNO

10.00-10.45 **YOGA GENITORI & FIGLI** *con Chiara*

10.45-11.15 **HATHA YOGA** *con Barbara P.*

VIET VO DAO BAMBINI *con M^o Marco e Rudy*

11.15-11.45 **VINYASA YOGA** *con Francesco*

15.00-15.30 **DANZA DEL VENTRE** *con Elena*

15.45-16.15 **YOGA BIMBI** *con Chiara*

16.30-17.00 **VIET TAI CHI** *con M^o Marco e Marika*

YOGA della MATERNITA' *con Barbara C.*

17.15-17.45 **TAI KI KUNG - Arte del Movimento Armonico Meditativo** *con Alexis*

18.00-18.30 **HATHA-RAJA YOGA** *con Barbara C.*

VIET VO DAO e VIET TAI CHI *con M^o Marco e Marika*

NB: CI TROVATE C/O IL "VILLAGGIO OLISTICO" insieme agli amici di LONG SON ASD
E' consigliabile portare un tappetino/stuoia/telo - abbigliamento comodo

Durante la giornata sarà attivo uno SPAZIO MAMME: gazebo info-point sul "Percorso Yoga della Maternità" attrezzato per allattamento, cambio pannolino, pausa relax...
Vi aspettiamo! Passate parola...

Info e prenotazioni

info@shangrila-padova.org

340 2202378 - 349 3725424