



Brugherio

arciprimaverabru@gmail.com  
www.arciprimavera.it

*Le attività culturali e ricreative del Circolo riprendono nel mese di settembre.  
Solo diventando socio potrai partecipare a tutte le iniziative di ARCI Primavera APS*

# **YOGA 2022-2023 a Brugherio via Cavour1 - primo piano**

*UNA DISCIPLINA ANTICA PER IL BENESSERE DELL'UOMO MODERNO*



*“LA PRATICA DELLO YOGA AIUTA IL CORPO PIGRO A DIVENTARE ATTIVO E VIBRANTE.  
TRASFORMA LA MENTE, RENDENDOLA ARMONIOSA”*

## **OGNI MERCOLEDI'**

**Da ottobre 2022 a maggio 2023 per un totale di 30 lezioni**  
ore **10,00 – 11,30** con Lorena  
ore **17,00 – 18,30** con Lorena  
ore **19,00 – 20,30** con Ambra

### **QUOTA DI PARTECIPAZIONE**

**€ 320 pagando in 2 rate: 160 ottobre + 160 gennaio**  
(+tessera Arci 2023 di € 15 )

**E' NECESSARIO PRESENTARE CERTIFICATO MEDICO**

Le lezioni saranno svolte all'insegna del rispetto delle norme anti-Covid al momento vigenti

**LEZIONE di prova GRATUITA MERCOLEDI' 28 Settembre 2022**

**(numero minimo di partecipanti = 10)**

Iscrizioni e informazioni presso:

**Ambra - [ambra.ba@libero.it](mailto:ambra.ba@libero.it)**

**-Cell. 331.8766131**

**Lorena - [yogaconlorena@gmail.com](mailto:yogaconlorena@gmail.com)**

**-Cell. 338.4231625**

**Segreteria - Giovanna, dalle 14,00 alle 17,00 -Cell. 333.6422913**