Yoga della Risata

oh...

oh...oh...oh...ah...ah...ah

La gioia in ogni cosa,
La gioia in ogni casa
La gioia in ogni cuore

Conduce: Stefania Bozzalla Gros,
con Certificazione Internazionale
Teacher Training Yoga della Risata

FONDAZIONE UN PASSO INSIEME
Via Alpignano 123/b 10040 Val dellaTorre(TO)
DOMENICA 23 LUGLIO 2023
Orario 9.30 17.30

Per iscrizioni: Fondazione un Passo Insieme
Tel. 011/9689212

Alleneremo i 4 principi della gioia:
ridere, cantare, ballare, e giocare
attraverso la musica, giochi di
cooperazione, collaborazione,
giochi sulla gentilezza e
comunicazione non violenta

Riscopriremo la creatività e ci
abitueremo a riflettere e ad ascoltarci,
assaporando lentamente e con
allegria il processo creativo.

Si richiede abbigliamento comodo
e calzini antiscivolo