



Con la Collaborazione  
del Comune di Galliera Veneta (PD)  
Assessorato allo Sport

A.S.D. "GIRASOLE"



organizza CORSI DI



VINIYOGA

"Il cuore dello Yoga"

E' lo yoga che combina respirazione, meditazione, rilassamento:  
l'arte delle sequenze corporee per vivere un rapporto più sereno  
con il proprio corpo, pensare con più chiarezza, riuscire oggi meglio  
di ieri in tutti gli aspetti della vita.

## PRIMA LEZIONE LUNEDI 6 OTTOBRE 2014

Primo turno: alle 18.30

Secondo Turno: alle 20.00

In ogni turno della prima lezione, APERTA A TUTTI, verrà illustrato il programma del Corso e sarà proposta una lezione dimostrativa da parte dell'insegnante.

Presentarsi con abbigliamento comodo e con materassino o coperta.

QUANDO : il Lunedì' e il Giovedì

Primo turno: alle 18.30

Secondo turno: alle 20.00

DOVE : Palestra della Scuola El. "G.Giardino" di Galliera V.ta  
(ingresso Nord da Via Pellegrini)

L' insegnante: Grazia Cossovel

Formata da Claude Maréchal (Etude et Transmission du Yoga - Belgio) per il METODO VINIYOGA del maestro Shri Krishnamacharya (Chennai-India), e diplomata dalla Federazione Italiana Yoga.

Per informazioni contattare:

l' insegnante GRAZIA 0422 404958

Ass. Girasole – FRANCESCA 348 4025509

Messaggio rivolto ai soci C.S.E.N

