



TOTS ELS DILLUNS D'AGOST T'ESPEREM PER FER
IOGA!

SESSIONS DE IOGA AL BOSC DE VALLGORGUINA

HATHA VINYASA IOGA

Estil de ioga parcialment dinàmic en el que a través de postures estàtiques i seqüències dinàmiques aprenem a connectar amb nosaltres, posant atenció en la respiració i el moviment. Busquem desintoxicar-nos corporal i mentalment per tal de generar espai dins nostre, espai per a l'autoconeixement, la calma i el silenci.

Dia: Tots el Dilluns d'Agost

Hora: 20:00 hrs

Punt de Trobada: A la Figuera del Pla del Forn

Preu Activitat: 10 € per sessió

Inscripcions obligatòries - Places Limitades!!!

Informació i Inscripcions a: info@barcelona-discovery.com o per

Whatsapp 629591218

Organitza :

Es pendran totes les mesures de seguretat

Col.labora:

BARCELONA
Discovery



SESSIONS IMPARTIDES PER IRINA D'ESPAI VISHUDDHA

Ajuntament Vallgorguina i
Turisme Vallgorguina