

CAI LA SPEZIA

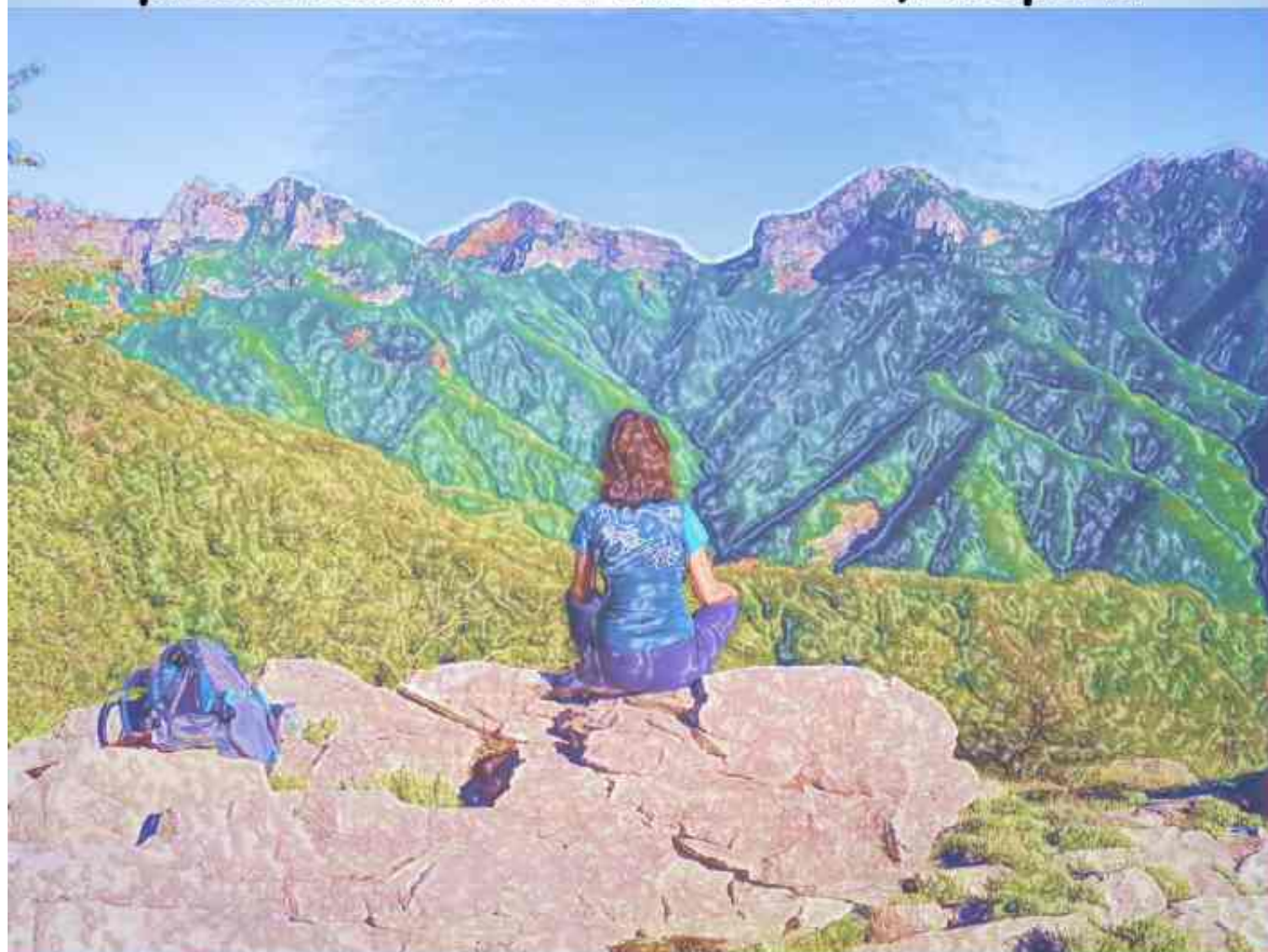


***INCONTRI DI YOGA
E INTRODUZIONE ALLA MEDITAZIONE***
secondo la Tradizione Himalayana

Il lunedì a partire dal 12 ottobre

ore 18.30-20.00

presso i locali CAI di VIA BEGHI 1, La Spezia



Richiesti abiti comodi, una coperta, un tappetino da yoga/ginnastica e, se possibile, un "mattoncino" per sedersi (oppure una seconda coperta).

Lezione di prova gratuita.

Per informazioni contattare Francesca 349-1926256