

Una vacanza eccezionale per imparare e rilassarsi presso le spiagge tranquille marchigiane dell' adriatico. Le vacanze yoga sono corsi intensivi organizzati in periodo di vacanza, che danno l'opportunità di un maggiore e più coinvolgente contatto con il resto del gruppo, l'insegnante e la pratica.

Tecnica e Precisione - Correzione posturale - Allineamento - Allungamento - Tonicità - Correzione posturale - Allineamento - Attenzione - Educazione respiratoria - Rilassamento psicofisico .

Queste le tecniche praticate.

I corsi saranno divisi in due gruppi:

Dal lunedì 3 alla domenica 9 agosto 2015 (primo gruppo)

Dal lunedì 10 alla domenica 16 agosto 2015 (secondo gruppo)

Per informazioni:

Nieves Lopez

cell.3382110662

YogaCentro.

www.yogacentro.it

Civitanova Marche