



Incontri di Yoga in Amaca in Assenza di Gravità; con Chiara Sposito 2022-

Incontri di

Yoga in Amaca in Assenza di Gravità con Chiara Sposito 2022-23
Prossima data Sabato 12 Novembre 10.30/12.30
Degli incontri di Yoga in Amaca per migliorare la flessibilità e la mobilità articolare, allungare e rinforzare la schiena con esercizi specifici, che permettono di lavorare anche in assenza di gravità, come l'inversione in posizione comoda e sicura abbracciati dal tessuto. Un momento verrà anche dedicato all'abbandono all'interno dell'amaca con un rilassamen

Presso CosiArte Lungomare Lutazio Catulo, 14, Roma, RM, Italia

Dal 12.11.2022 ore 10:30

Al 04.06.2023 ore 12:30

Sito web <https://www.facebook.com/events/621067932898065/621067939564731/>

E-mail cosiarte@libero.it

www.tumit.it