

Il filo del Sé

associazione di ricerca per lo sviluppo della consapevolezza

Le facoltà dell'essere

con Laura Modesti

Rilassamento, flessibilità, stabilità, contatto, accoglienza,
osservazione sottile, ascolto equanime, presenza,
in un percorso diretto verso l'integrazione
ed il benessere psicofisico.

Corso settimanale di YOGA
mercoledì ore 19.30-21.30



Il fluire delle stagioni

con Fabiana Fiorentino

Armonizzare la pratica ai cicli della natura
ci permette di essere più consapevoli delle nostre
capacità e di incrementare l'energia vitale.

Corso settimanale di YOGA
martedì ore 19.30-21.30 – giovedì ore 9.00-11.00

Castelnuovo di Porto - Via Gregorio Rocchi,7
info 335 7250455 - www.ilfilodelse.it
segreteria@ilfilodelse.it