

# *FibroYoga*®

"PRATICA ADATTA A TUTTI"



## Corso di FibroYoga®

Il metodo ideato da Senia Passerella è pensato per alleviare i sintomi della Fibromialgia.

Le pratiche sono mirate a riequilibrare il sistema nervoso, perciò sono adatte a chi sente la necessità di portare un po' di calma alla propria mente.

Attraverso tecniche di tradizione himalayana con respirazione e pochi movimenti semplici, le sessioni saranno un'occasione per dedicare tempo a sè stessi ed imparare come farle a casa propria.

La pratica costante e quotidiana infatti permette di percepirne il reale beneficio nel giro di qualche mese, con la possibilità di scoprire una nuova vita più leggera e meno sofferente.

appuntamenti mensili  
giorni  
in definizione  
orari  
in definizione

presso luogo xy  
a breve verranno  
definite le sale  
a Bolzano e a Pineta di LAIVES BZ

prenotazione necessaria



[anita@holiyoga.it](mailto:anita@holiyoga.it)



328 7929336

[www.holiyoga.it](http://www.holiyoga.it)