Approfondimenti Yoga

HOLI YOGA

Un percorso di approfondimento dedicato allo yoga, pensato per esplorare e vivere la pratica da nuove prospettive. Ogni incontro sarà un'esperienza indipendente, con un numero limitato di partecipanti per favorire la condivisione, l'ascolto e la cura di ogni momento insieme.

Le tematiche saranno sviluppate anche a partire dai desideri, dalle curiosità e dalle proposte dei partecipanti, per dare spazio a un percorso che nasca dall'incontro e dalla condivisione.

Un'occasione per andare oltre la pratica abituale, sperimentare, mettersi in gioco e approfondire la propria esperienza yoga con curiosità e leggerezza.

Metti in moto i tuoi Sankalpa: ascoltati, lasciati ispirare ed esprimi i tuoi desideri!

venerdì 17:30-19:00
27 novembre 2026
29 gennaio 2027
26 febbraio
02 aprile

presso Sala TRIESTE Punto K
Viale Trieste, 64 Bolzano

prenotazione necessaria
anita@holiyoga.it 328 7929336
www.holiyoga.it