

**VENTENA 18 luglio  
2024**

**Ore 18:30**

**SERATA "APERI-YOGA**

**Lezione di YOGA  
TAOISTA**

**In una suggestiva cornice  
naturale delle nostre  
colline**

**Lo Yoga Taoista, è una pratica  
psicocorporea energetica  
posturale che contribuisce a  
sciogliere i blocchi di origine  
fisica e psichica che impediscono  
la libera circolazione dell'energia  
vitale, conosciuta con il termine  
cinese Qi,...**

**Il Tao Yoga consiste in una serie  
di esercizi che si svolgono a  
terra, seduti ed in piedi per  
liberare e rinforzare il corpo,  
allineare la postura e scoprire le  
potenzialità della Mente**

**Conduce  
DOTT.SSA ALESSANDRA BROGI  
Fisioterapista**

**OSPITE BEATRICE MARZIALI**



**PER INFORMAZIONI, ISCRIZIONI E PRENOTAZIONI  
RIVOLGERSI A**

**6124**

**79**

**Beatrice Marziali 338 218**

**Alessandra Brogi 339 57 313**

**VENTENA 18 LUGLIO 2024**

**Ore 18:30**

**“APERI-YOGA”**

**... l'arte di indirizzare  
l'energia**

**PROGRAMMA**

- ORE 18:30 ACCOGLIENZA E REGISTRAZIONE  
DEI PARTECIPANTI
- ORE 19:00 INIZIO PRATICA CORPOREA
- ORE 20:00 PICCOLA PAUSA
- ORE 20:15 RIPRESA SEDUTA
- ORE 21:15 CONCLUSIONE LEZIONE
- A SEGUIRE APERICENA