

# EARLY MORNING YOGA

**20/06 - 25/06 - 3/07** 08.30 -  
10.30

Esercizi di yoga adatti a tutti, anche ai neofiti.

Condurranno gli incontri Insegnanti della Federazione Mediterranea Yoga, sul tema "Lo Yoga come strumento di conoscenza: Dal dinamismo all'immobilità."

La partecipazione a questa attività è gratuita e a numero programmato.

L'unico obbligo in capo ai partecipanti è di recarsi al parco muniti di tappetino e, preferibilmente, un telo di plastica da porre a contatto col terreno.

E' quindi necessario inviare richiesta di adesione entro e non oltre il 18 giugno a [adesioni@zannefestival.com](mailto:adesioni@zannefestival.com), indicando nell'oggetto "EARLY MORNING YOGA" e nel corpo del messaggio nome, cognome, numero di telefono e giorno/i prescelti.

Per informazioni e adesioni: [adesioni@zannefestival.com](mailto:adesioni@zannefestival.com)



**FMY**

Federazione Mediterranea Yoga - Unione Europea di Yoga

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

[mediterraneayoga@gmail.com](mailto:mediterraneayoga@gmail.com)

+39 333 4111482 / +39 095 7462365