



# LEZIONE DI YOGA ON THE BEACH & CENA

c/o il chiosco "La Stella"  
Via Claudio Monteverdi snc - Focene (Fiumicino-Rm)



*Insegnante di Yoga Franca Pistecchia*

**Mercoledì 14 Luglio 2021 - ore 19:30**

*Lezione di HATHA YOGA con MEDITAZIONE al tramonto*  
*A seguire CENA VEGETARIANA-VEGANA AYURVEDICA*

Quota € 25,00

È necessaria la **PRENOTAZIONE**  
(Max 15 persone)

**Cell. 339.5042402**



*A.s.d. Pensare con il corpo*  
[www.pensareconilcorpo.jimdofree.com](http://www.pensareconilcorpo.jimdofree.com)

**Menù:**

**NARIYAL KI CHAVAL** *Riso basmati al cocco tostato*

**CHUTNEY** *Salsa di anacardi*

**HUMMUS** *Salsa a base di ceci*

**GAJAR KAJUR RAITA** *Insalata di carote, anacardi, datteri allo yogurt*

**PAPPADAM** *Cialde di farina di riso e legumi*

**PAMCHAMRITA** *Bevanda rinfrescante con nettare di mela, zenzero e menta fresca*