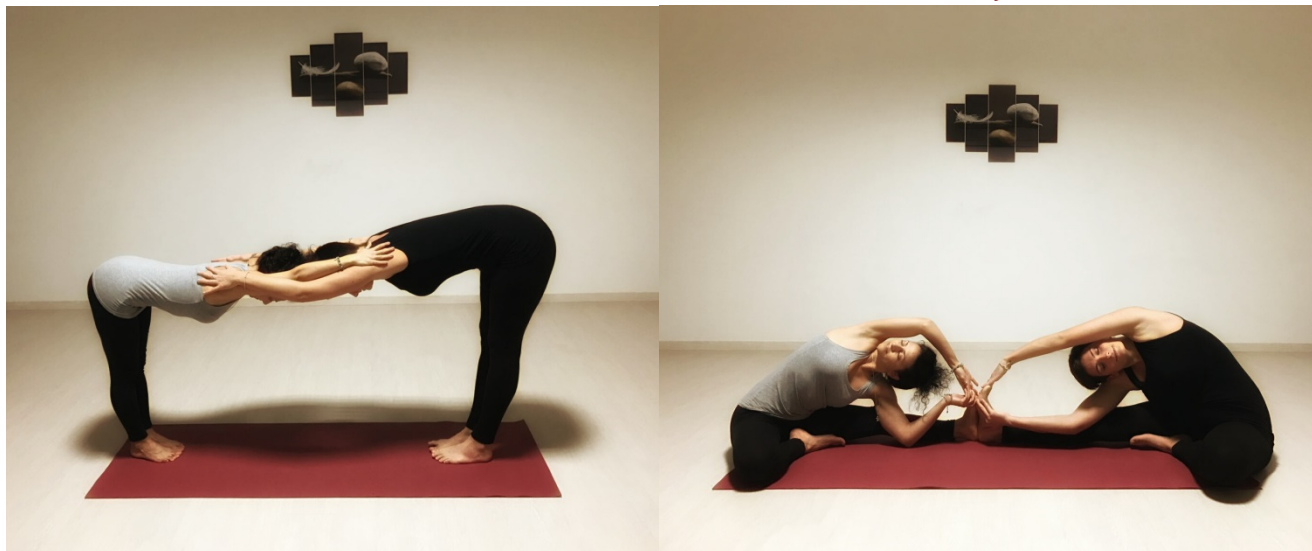


SABATO 11 FEBBRAIO ore 10:00 – 11:30

SPECIALE LEZIONE

YOGA IN COPPIA

con Franca Pistecchia



E' una lezione che si svolgerà a **COPPIE**, non necessariamente due partner, ma anche mamma e figlio, zia e nipote, due amici ecc... persone con le quali volete condividere un'esperienza di **UNIONE**.

(Non è necessario aver praticato yoga, è la pratica che si adatta alle persone e non il contrario)

Ascoltando il respiro dell'altro, ben presto i due respiri si sincronizzeranno e inizierà un lavoro in completa armonia ... ascolto, fiducia, sostegno, equilibrio ... questo è ciò che sperimenterete.

Questo tipo di esperienza pian piano porta all' apertura del **chakra del cuore "Anahata"**, che alimenta la forza di amore più alto, l'amore senza condizioni e la capacità di ognuno di noi di riconoscere una parte di se stesso nell'altro.

E' necessaria la PRENOTAZIONE (max 6 coppie)



A.s.d. Pensare con il corpo