

Risveglia il Guerriero interiore

Yoga & Atelier Olfattivo

Pratica di yoga dedicata alle posizioni del Guerriero, per migliorare allineamento, centratura, determinazione. Accompagnata dall'esperienza sensoriale olfattiva.

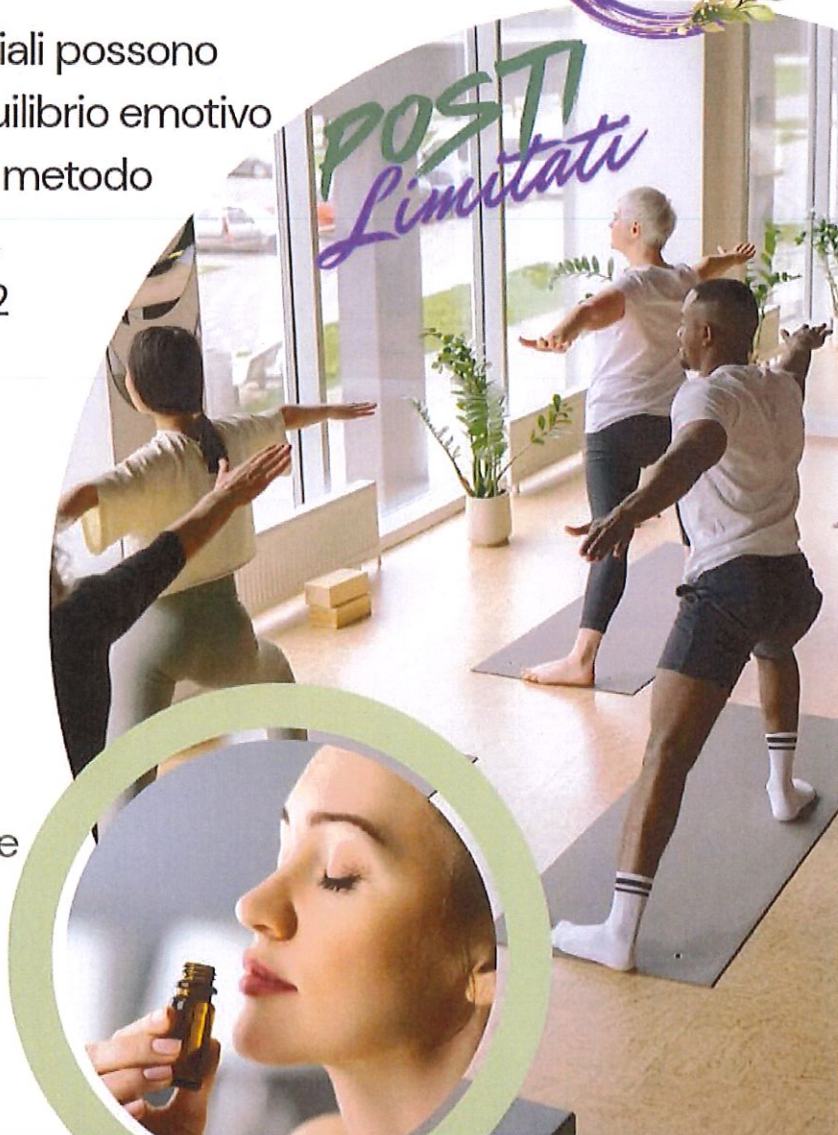
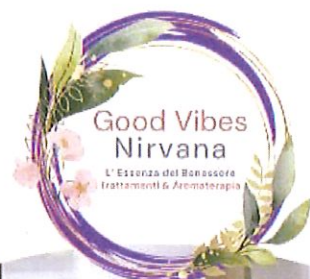
Scopriremo come gli oli essenziali possono diventare uno strumento di equilibrio emotivo e radicamento. Introduzione al metodo psico-emozionale olfattoterapia, ideato da Gilles Fournil nel 1992

Cosa faremo:

- _Pratica yoga centrata sulle posizioni del Guerriero.
- _Attivazione del chakra della radice; stabilità e sicurezza.
- _Esperienza olfattiva con oli essenziali.
- _Momento di integrazione finale

GB FITNESS
SESTO SAN GIOVANNI

Via Giacomo Puccini, 60
Sesto San Giovanni (MI)



Sabato 28 Marzo ore 16.00 – Durata 1H e 30 –
Riserva il tuo spazio di benessere: costo 25€
Sabrina – 333 830 1474 / Nirvana – 345 7681 818