Una vacanza eccezionale per imparare e rilassarsi presso le spiagge tranquille marchigiane dell' adriatico. Le vacanze yoga sono corsi intensivi organizzati in periodo di vacanza, che danno l'opportunità di un maggiore e più coinvolgente contatto con il resto del gruppo, l'insegnante e la pratica.
Tecnica e Precisione – Correzione posturale – Allineamento – Allungamento – Tonicità -Correzione posturale – Allineamento – Attenzione – Educazione respiratoria – Rilassamento psicofisico .
Queste le tecniche praticate.

I corsi saranno divisi in due gruppi:

Dal lunedi 3 alla domenica 9 agosto 2015 (primo gruppo)
Dal lunedi 10 alla domenica 16 agosto 2015 (secondo gruppo)

Per informazioni:

Nieves Lopez
cell.3382110662
YogaCentro.
www.yogacentro.it
Civitanova Marche