

IVG

Albisola, proseguono gli appuntamenti con lo yoga sulla spiaggia

di **Redazione**

16 Agosto 2013 - 12:20



Albisola Superiore. Il centro studi Yoga Samadhi in collaborazione con il Comune di Albisola Superiore e lo CSEN provinciale continua l'appuntamento estivo con lo yoga sulla spiaggia sulla terrazza sul mare.

Le lezioni sono ogni giovedì alle 19.30 sulla terrazza sul mare di Albisola Superiore, con il coordinatore Patrizio Lai che spiega: "La lezione è gratuita e permette di conoscere lo yoga e la meditazione, elementi importanti per la nostra crescita personale. Il nostro corpo la nostra mente e la nostra energia ottengono molto da questa pratica millenaria. Un ringraziamento al comitato CSEN provinciale di Savona e al Comune di Albisola Superiore che sono molto sensibili a queste pratiche del benessere".