

MUOVITI, FLUISCI, TRASFORMA LE TUE EMOZIONI

Una giornata dedicata a Te per connettersi con i ritmi lenti dell'inverno in arrivo.

Una pratica corporea adattata ai dinamici bioritmi stagionali e un brunch vegano dai sapori autunnali. Un laboratorio prezioso per liberare le tue emozioni e una morbida pratica di yoga.

**DOMENICA 16 NOVEMBRE dalle 10.00 alle
17.30
a CASALNOCETO (AL)**

Elisa: Corpo e Coscienza -



Metodo G. Courchinoux

Federica: Ldf - Metodo My Life Design

® di D. Lumera

Valentina: 
NUTRIZIONE E LIFESTYLE
BY VALENTINA FOLLADOR

Per info e prenotazioni:

Tel. 3406132951

