



SPAZIO
molécole

POWER YOGA

Disciplina che punta a migliorare il controllo del respiro, la flessibilità, l'equilibrio, la forza e la resistenza. La chiave del Power Yoga è nel rapido sviluppo muscolare attraverso un intenso lavoro aerobico e una componente meditativa che conferisce un senso di calma e di energia positiva.

Corso per adulti di tutti le età.

GIOVEDÌ dalle H 13 alle 14
Insegnante Antonio Ceschin

* Lezione di prova gratuita.

SPAZIO MOLECOLE
Via Gressoney 29/B - Torino
Info: 339 77 57 644
www.compagniamolecole.it