



Centro di Educazione Ambientale di interesse regionale

San Pietro - Isola del Gran Sasso - Teramo - Italia

SECONDO NATURA 2019

Yoga in Natura

Corpo, Respiro, Energia: la Voce degli Alberi

**Lo Yoga in natura può riservare grandi sorprese.
Pratica fisica e ricerca della consapevolezza
con bambini e adulti in due distinte sessioni**

a cura del **Centro Yoga YAP Teramo**
in collaborazione con **Scuola Verde**

PROGRAMMA

domenica 28 luglio 2019

Ore 9:30 Accoglienza alla Scuola Verde di San Pietro

Ore 10:00 Camminata lungo il sentiero dell'Acquatina

Ore 11:00 Pratica Yoga in Natura (sessioni separate adulti/bambini)

Ore 13:00 Pranzo al sacco all'aperto tutti insieme

Ore 15:00 Visita al Museo delle Acque

Ore 16:00 Meditazione: cos'è, come si fa e come ti cambia la vita
(per gli adulti)

Ore 16:00 Costruire un mandala: gioco, crescita e concentrazione
(per i bambini)

Ore 18:00 Arrivederci!

Quota di Partecipazione

- Intera giornata: adulti € 15,00, bambini € 5,00

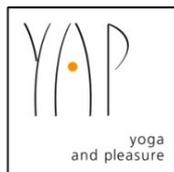
- Mezza giornata: adulti € 10,00, bambini € 5,00

Pranzo al sacco organizzato da ognuno autonomamente

Abbigliamento comodo - calzini - scarpe per camminare - K-way

Tappetini personali graditi

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA - PARTECIPANTI MAX 26



Info: 0861.247776 - 393.9845289 - 340 2690957

www.centroyap.it - info@centroyap.it - fb Centro Integral Yoga YAP

www.scuolaverde.com - info@scuolaverde.com - 335.1048318-20