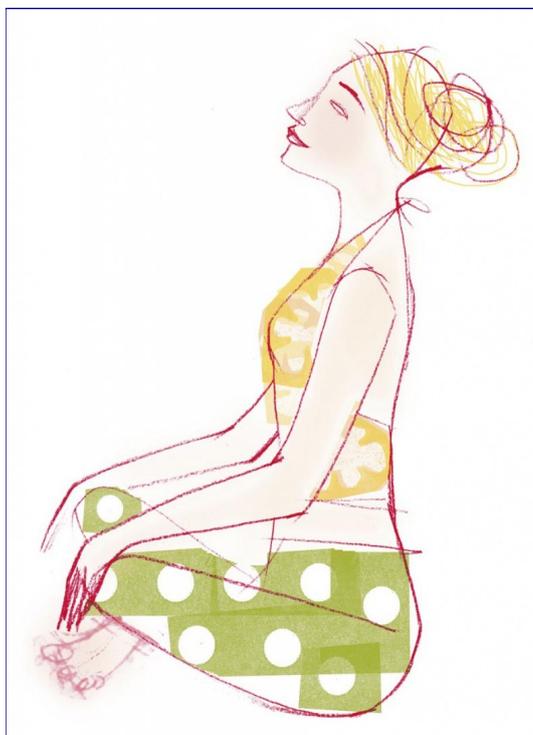


## L'AUSER "Città di Treviglio" Propone ai propri Soci " LO YOGA PER TUTTI "



**Lo yoga è per tutti  
ma non tutti sono per Lo yoga.**

Il corso di yoga è adatto a tutte le persone che per un motivo fisico o nervoso non possono accedere ai corsi di yoga in generale. Lo yoga è molto di più di una semplice filosofia:

**è un'arte di vivere,  
un insieme coerente di tecniche  
che permette di guarire da numerose  
afezioni, sia fisiche ,sia psicologiche.**

In questo senso lo yoga è una pratica di cura che, senza somministrare una sostanza mancante all'organismo, gli permette di funzionare secondo natura, così come è stato progettato.

Si utilizzeranno movimenti, respiro, posizioni ,canti e alla fine di ogni corso rilassamento.

I corsi si terranno nei giorni di **Lunedì e Giovedì**

**dalle ore 10 alle ore 11**

con frequenza settimanale  
per un numero massimo di 15 persone a corso

nella sede AUSER

V.le Merisio, 6— Treviglio

Saranno tenuti dalla nostra Socia Sig.ra LIVIA TARENGHI

Diplomata c/o S.I.Y.R. Scuola Insegnanti Yoga

**Per prenotazioni ed informazioni  
Telefonare da lunedì a venerdì  
dalle ore 15,30-17,30  
Allo 0363/1905128**

Progetto Auser Riservato ai Soci Auser