

SALUTOGENESI E LA SAGGEZZA DELLO YOGA

Hai mai sentito parlare di salutogenesi? Che cosa significa questa parola e cosa vuol dire davvero ben-essere? Come salutogenesi e yoga trovano connessione? Sappiamo tutti davvero che cos'è lo yoga e che cosa significa praticarlo? Lo hai mai sperimentato davvero? Perché questa scienza millenaria ha così tanti benefici ancora oggi nell'era moderna? Quali sono i pilastri su cui si fonda? E perché è così importante parlarne per differenziarlo da quella che viene definita comunemente ginnastica o da altre attività di fitness?

A queste e molte altre domande cercheremo di rispondere nella conferenza/workshop di

Sabato 17 Ottobre ad Osimo

ASD ENDAS ABBADIA

dalle 17:00 alle 19:30

Sarà un'occasione unica sia per conoscere e poi sperimentare questa disciplina che magari non hai mai avuto modo di praticare fino ad ora, ma anche, nel caso tu sia già un/una praticante, per rinfrescare contenuti e conoscenze e stare nel tappetino in compagnia.

Questo workshop nasce dal desiderio di parlare di yoga a 360 gradi per sensibilizzare le persone sulle enormi potenzialità di questa scienza e su come essa possa davvero potenziare il benessere olistico della persona nell'ottica di un vero e proprio percorso di salutogenesi, un nuovo paradigma di intendere il benessere.

Molto semplicemente cercherò di farmi canale di saperi e insegnamenti che mi sono stati tramandati perché oggi c'è quanto mai urgenza di parlare del **VERO YOGA**.

Se sei curios* ti aspetto con molta gioia per condividere insieme questo tempo

Info e prenotazione

+39 3335636873

Claudia

SALUTOGENESI E LA SAGGEZZA DELLO YOGA

Conosci e sperimenta un nuovo
paradigma del benessere

**SABATO 17 OTTOBRE
DALLE 17:00 ALLE 19:30
ASD ENDAS ABBADIA OSIMO**

**INFO E PRENOTAZIONI
+39 333 563 6873
claudiagennaretti.it**

Conferenza:
"Scienza e saggezza antica a confronto"
Sessione di yoga per tutti
Spazio di condivisione

CLAUDIA GENNARETTI
*Dott.ssa in Scienze Biologiche,, insegnante di
yoga e diplomata in naturopatia*

EVENTO GRATUITO APERTO A TUTTI