

VareseNews

Torna il corso di yoga: prima lezione gratuita

Pubblicato: Martedì 28 Febbraio 2017



Torna anche quest'anno il **corso di yoga** del programma Vedano Corsi, organizzato dalla Biblioteca comunale e dall'assessorato alla cultura del Comune di Vedano Olona.

Dieci gli incontri per praticare insieme esercizi di yoga, respirazione, meditazione e rilassamento profondo, contro stress e rigidità.

Il corso, che si svolgerà **il martedì sera** nella palestra della scuola elementare, in via San Pancrazio, prenderà il via **questa sera, martedì 28 febbraio, alle 20.30, con la consueta prima lezione gratuita** aperta a tutti.

Si consiglia di effettuare la lezione a stomaco vuoto, vestirsi comodi e portarsi una coperta o un materassino.

Per informazioni: 349 1004374 (Matteo)

Redazione VareseNews
redazione@varesenews.it