



Venerdì 20 Marzo 2015

PRESENTAZIONE CORSO DI YOGA DELLA RISATA

presso
ASS.CUADRO Via ROMA 19 Cavallermaggiore

ORE 20:30

Lo Yoga Della Risata è una disciplina nata nel 1995 da un dottore indiano, *Dr. Madan Kataria*, che unendo la risata a esercizi di Yoga Pranayama scoprì una metodologia pratica e semplice con cui poter sperimentare da subito un ***profondo stato di benessere e di pace interiore.***

Lo Yoga della Risata è diffuso in *tutto il mondo* e viene praticato in più di 16.000 Club della Risata.

Lo scopo dello Yoga Della Risata è farti riscoprire la tua risata interiore, un validissimo strumento per affrontare la quotidianità della vita *“liberamente”*, cioè a mente libera.

“Quando tu ridi, tu cambi. Quando tu cambi, il mondo attorno a te cambia.”

Cit. Dr. Madan Kataria, *fondatore dello Yoga della Risata e candidato premio Nobel per la Pace per il 2015.*

Durante la serata presenteremo il mini corso di 4 lezioni previsto per Aprile, Maggio e Giugno. Sperimentaremo in anteprima alcuni esercizi di Yoga della Risata e il profondo stato di rilassamento che puoi vivere già dalla prima lezione.

**Per prenotarsi al corso telefonare al 349 6604692 (Daniela)
oppure mandare una email a danielamagliano@alice.it**

- ***ANTISTRESS, DIVERTENTE, RILASSANTE***
- ***STIMOLA LA TUA CREATIVITA'***
- ***IDEALE A TUTTE LE ETA': 0-99 anni:-)***