

Alimenta il tuo Respiro

15 05

14:30-18:30

yoga, mindfulness, neuroscienze e alimentazione
INCONTRO TEORICO E PRATICO NELLA NATURA

Con:
Valeria Tabasso @sketch_eat **Ester Azzola** @bioester.azzola
Claudia Capovilla @claud__



COSA SERVE?

Abbigliamento comodo adatto alla pratica yoga,
tappetino, mascherina e quaderno per gli appunti



DOVE?

Centro Parco Ex Dogana Austroungarica
Località Tornavento, Lonate Pozzolo (VA)



INFO e ISCRIZIONI

Posti limitati, prenotazione obbligatoria 📍
telefonando a 0331.1818245 o alla mail visite@exdogana.it
costo dell'evento comprensivo di aperitivo vegan € 60



con il Patrocinio di:



Parco  Ticino

Sviluppo Sostenibile:
tutela della biodiversità e dell'ambiente
qualità della vita

📍 La prenotazione sarà valida solo con pagamento anticipato
presso la bottega del Centro Parco o tramite bonifico bancario.
A inizio evento errà misurata la temperatura e richiesti i dati per motivi
di sicurezza legati al contenimento da COVID-19

un'iniziativa di



DOGANA
www.exdogana.it