

CLUB NATACION SANTA OLAYA

PROGRAMA VERANO

YOGA

2010



¡YOGA EN VERANO!

Este verano ven a conocer el Yoga

Trabajaremos la respiración, el movimiento, la relajación y la meditación, a través del Yoga.

Escucha de tu cuerpo para conectar íntimamente contigo y aprender a disfrutar aquí y ahora.

Principiantes absolutos, ¡BIENVENIDOS!

El grupo está abierto a todos los niveles porque las sesiones se adaptan a las necesidades de cada participante en cada momento.

FECHAS / HORARIOS

Julio, Agosto y septiembre
Martes y jueves, de 09:30 a 11:00 horas.

MONITORA

Goyi Merino (AHIMSA – Gijón).

MÁS INFORMACIÓN

<http://www.ahimsa.es/index.html>

Actividades abiertas a SOCIOS y NO SOCIOS.

MÁS INFORMACIÓN: CLUB NATACIÓN SANTA OLAYA

C/. Camino del Lucero, 4 - 33212 Gijón - Asturias Telfs.: 985 32 31 08 - 985 32 31 16 Fax: 985 32 31 12
email: cnso@cnso.es - www.cnso.es