

YOGA PRANAYAMA E DETOX

Sabato 5 Novembre 2022



con l'istruttrice
Melania Morselli

**DURATA
80 MINUTI**

**DALLE 10.00
ALLE 11.20**

Livello: per tutti

*Rimettersi in forma
con lo Yoga è possibile!
Attiva il metabolismo e
aiuta a perdere peso.*



**PER INFO E ISCRIZIONI
scrivici a
segreteriaacus@unimore.it**



💖💙 EVENTO YOGA 💖💙

👋 Siamo lieti di presentare l'evento di YOGA PRANAYAMA e DETOX targato Cus Mo.Re insieme alla nostra bravissima istruttrice [@melaniamorselli](https://www.instagram.com/melaniamorselli)

🧘 Rimettersi in forma con lo yoga è possibile, perché attiva il metabolismo e aiuta a perdere peso. Tramite la respirazione, pranayama, aiuta la circolazione dell'energia e attiva i sistemi energetici coniugando forza, respiro, consapevolezza e ascolto di sé.



L'evento, adatto a tutti/e, è in programma



Sabato 05 Novembre 2022



Dalle 10.00 alle 11.20



Presso PALACUS di Modena in Via Giuseppe Campi 161



Durata 80 minuti

COME PARTECIPARE ?



Iscrizioni in SEGRETERIA entro GIOVEDÌ 03/11/22:

8 € per i tesserati/e cus e 10 € per esterni.



Iscrizioni in segreteria Sabato 05/11/2022

10 € per i tesserati/e cus e 12 € per esterni.



L'abbigliamento consigliato è quello sportivo + calze antiscivolo + tappetino personale



INFO POINT:



Cus Mo.Re – Via Giuseppe Campi 161 a Modena



SITO: www.cusmodena.it



EMAIL: segreteriaacus@unimore.it



TELEFONO: 059.2058125

UNISCITI A NOI!!!