

YOGA E CREATIVITÀ AL RITMO DELLE STAGIONI

PRATICA DI YOGA E LABORATORIO
DI TERAPEUTICA ARTISTICA



INVERNO RACCOGLIERE

Nel Silenzio e nell'Ascolto

con **Michela Moras** e **Patrizia Bortolotti**

Con il solstizio d'inverno, la natura ci invita a rallentare, ritirarci interiormente per riflettere. **Un incontro che unisce yoga e creatività** per definire nuovi propositi e accogliere nuove possibilità.

Attraverso la pratica di **yoga** guidata da **Michela** e il **laboratorio di terapeutica artistica**, condotto da **Patrizia**, potrai riflettere sull'importanza di creare spazi di tempo lento e piantare semi di nuove intenzioni.

Nessuna esperienza artistica richiesta.

Per iscrizioni - WhatsApp:

Michela 339 5660310 -

Patrizia 329 7434496

e-mail: michela@padmayoga.it

www.padmayoga.it



**LUNEDÌ 15
DICEMBRE**

**DALLE 18.00
ALLE 19.30**



Studio Padma
Vicolo Resia, 14
Codroipo (UD)