Yogainriserva

per tutti!

METODO IYENGAR YOGA

Riserva Naturale
LAGO DI VICO

Comune di Caprarola

Comune di Ronciglione

Meditazione
Rilassamento
Passeggiate
Natura

domenica 2 novembre, ore 9.30
Riserva naturale regionale Lago di Vico
S.p. 1 Cassia Cimina km 12, Caprarola

REGIONE LAZIO
Agenzia Regionale Parchi
Programma Giorniverdi

parchilazio.it
Lazio ETERNA SCOPERTA
PARCHI E RISERVE NATURALI

info: www.riservavico.it
0761-647444

Yogainriserva

REGIONE LAZIO
Agenzia Regionale Parchi
Programma Giorniverdi

parchilazio.it
Lazio ETERNA SCOPERTA
PARCHI E RISERVE NATURALI

Il programma dell'incontro

Yoga è unione di corpo, mente e anima

9.30 Appuntamento con i Sigg. partecipanti
10.00 Mattinata dedicata alle attività Yoga per i più piccini – passeggiata per tutti gli adulti che li hanno accompagnati
11.30-14.00 Tempo a disposizione per il rilassamento e il pranzo al sacco

14.00-15.00 Parliamo insieme dell'albero dello Yoga
15.00-16.30 Pomeriggio dedicato alle attività Yoga per gli adulti – passeggiata con i più piccoli nel sentiero didattico, disegno naturalistico
17.00 Il té delle cinque offerto dalla Riserva
17.30 Saluto ai partecipanti

Posti limitati (massimo 30 partecipanti totali, 15 adulti e 15 piccini), partecipazione gratuita.
Scadenza prenotazioni: 28 ottobre 2014

Informazioni su www.riservavico.it o allo 0761-647444

www.riservavico.it