



Il Circolo Culturale e Ricreativo Nuovi Orizzonti APS organizza:

CORSO YOGA BIMBI

con **YogaFiorEvi**

presso la sede del Circolo, in **Via Brescia 3, Rizzi (Riçs) - Udine**

Continuano anche ad aprile gli incontri di yoga dedicati ai più piccoli (**dai 5 agli 8 anni**)

Lezione di prova gratuita per i nuovi iscritti: venerdì 5 aprile 2024, dalle 16.30 alle 17.30

Sono previsti 5 incontri, a partire dal 12 aprile per ogni venerdì fino al 17 maggio, sempre alle 16.30, con esclusione del 26 aprile.

È richiesto tappetino, coperta e abbigliamento comodo.

“Chiudo gli occhi e mi rilasso.

La mia mente di calma e mi concentro.

Gioco con gli amici, con rispetto e gentilezza.

Asana (posizioni yoga): vivo le mie emozioni.

Ascolto il silenzio dentro me.

Rimango nel qui e ora.”

Info e prenotazioni: circolonuoviorizzonti@gmail.com

Curriculum Vitae insegnante:

Evi Bolzicco (YogaFiorEvi) è insegnante yoga bimbi, yoga con bimbi con bisogni speciali (metodo yoga in fiore), yoga al nido e yoga family con certificato CESN.