



IL CRAL INFORMA

www.cralamiugenova.com | www.facebook.com/cralamiugenova



IL 21 GIUGNO È L'INTERNATIONAL YOGA DAY: GLI APPUNTAMENTI A GENOVA

Martedì 21 giugno sarà la giornata mondiale dello yoga. Tanti appuntamenti al Porto Antico di Genova: eccoli nel dettaglio:

nel Cuore di Genova (Palazzo Verde, Largo Pertini/De Ferrari, Piscine Expo)
07.30-09.00 Saluto al Sole e Hatha Yoga ai Bagni Checco di Sori

Palazzo Verde – Via del Molo 65, Porto Antico
13.15-14.00 Meditazione: in presenza della Vita, con Chiara Lavezzari de Il Sogno di Lao
14.00-15.00 Hatha Yoga, con Nicoletta Tangheri di Prana Yoga
15.00-16.00 Yoga Pranico con Paola Magni di Prana Yoga

Giardini Luzzati
17.00-18.00 Yoga Bimbi, con Lara Maggi di Niketan e il Ce.Sto

Largo Pertini/Piazza De Ferrari
18.00-19.00 Meditazione mondiale per la Pace
insieme a centinaia di altri luoghi nel mondo, che celebrano lo YogaDay – scopri dove su yogaunited.org
19.00-19.30 Flash mob di Yoga in Piazza, con Fiammetta Rutelli di Red Yoga

Piscine Expo – Porto Antico
20.30-22.00 Space Yantra * Yoga Insight Vision + Mandala Sonoro
22.00-22.15 Meditazione di Ringraziamento e Conclusione dello YogaDay 2016

Tutti gli eventi sono gratuiti * Portate il tappetino yoga :)

Il programma completo e gli aggiornamenti lo troverete anche su:
<https://www.facebook.com/yogadaygenova> e su yogadaygenova.weebly.com