

LIBRI



HATHA YOGA

Tra stile di vita e Formazione Permanente

Insegnante e formatrice approdata allo Yoga dopo aver danzato professionalmente, psicopedagogista e divulgatrice, Alessandra Rito ci propone, con il suo libro, un lavoro teso a personalizzare la pratica e a vivere lo yoga con creatività e consapevolezza attraverso l'uso delle sequenze brevi.

con **Alessandra Rito**

Giovedì 22 giugno ore 18.00

con il contributo di **Fondazione CARIPLO**



Le presentazioni dei libri saranno tradotte
in Lingua dei segni e sottotitolate

TEATRO MENOTTI
VIA CIRO MENOTTI 11 - MILANO

