

DUE LEZIONI DI PROVA GRATUITE



Associazione sdc Arca
Via Giubilei, 18 Prato
Tel. 0574 468308
info@arcaprato.it
arcaprato.it



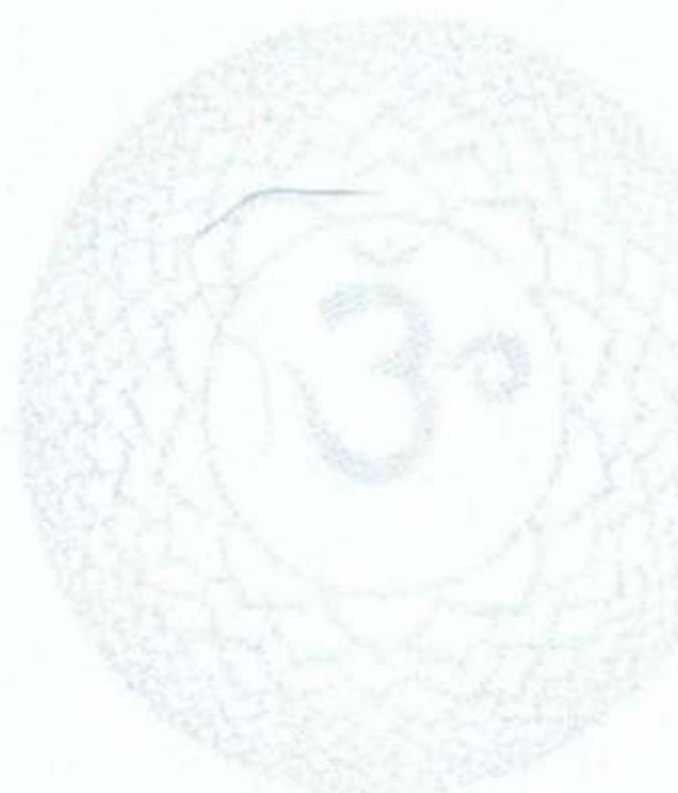
*“Le parole non possono esprimere tutta l'utilità dello Yoga.
Bisogna farne esperienza.”*
B.K.S. Iyengar

lo YOGA che CURA



Esercizi e pratiche per prevenire e risolvere i disturbi più diffusi:

- ansia,
- asma,
- dolori mestruali,
- mal di schiena,
- emicrania,
- fibromialgia,
- insonnia,
- stress,
- stipsi...



SETTIMANA DI PROVA GRATUITA

DI

TANGO ARGENTINO

inoltre in programma da gennaio
PER SINGLE
LABORATORIO DI TECNICA FEMMINILE



...E MOLTO ALTRO

discipline orientali tradizionali

Judo Karate Kung Fu Ninjutsu difesa personale Yoga

ginnastica

corpo libero Pilates Feldenkrais® ginnastica dolce
Attività Fisica Adattata Training Autogeno

danza

danza terapia
danze orientali fusion HipHop Burlesque

cultura

conferenze fotografia educazione all'ascolto
Theta Healing auto aiuto scultura e pittura steineriana



Associazione sdc Arca Via Giubilei, 18 Prato Tel. 0574 468308
info@arcaprato.it www.arcaprato.it