

# Armonia

## equilibrio come stile di vita

**Siete invitati a conoscere gli insegnanti** di tre antiche discipline, che hanno pianificato preziosi corsi teorici e pratici presso la nostra struttura.

**SABATO 30 SETTEMBRE**



Life | Force | Recovery

Srl Sportiva Dilettantistica



centro yoga bologna

## Margherita Pullega

**DALLE 10 alle 12**

Il colore come specchio della nostra anima, come strumento di riequilibrio energetico e ricerca introspettiva

*Margherita Pullega, Naturopata, Pittrice Alchemica, Creative Coach.*

## Annarita Gallo

**DALLE 15 alle 16:30**

Shiatsu: strumento per se stessi e per gli altri: pensiero e tradizione orientale, le tecniche e l'automassaggio, l'approccio alimentare macrobiotico.

*Annarita Gallo, operatrice e insegnante della scuola Shiatsu Shintai, si occupa di trattamenti individuali, shiatsu in gravidanza, formazione professionale shiatsu, corsi di massaggio shiatsu al neonato, percorsi di gioco e shiatsu per bambini.*

## Nazzareno Guerra

**DALLE 16:30 alle 18**

L'Ayurveda: come migliorare la propria salute secondo l'antica scienza di lunga vita.

*Nazzareno Guerra, fondatore dell'Associazione Piccolo Sole Ayurveda e Yoga di Rimini. Operatore e naturopata ayurvedico. Da anni si dedica a tempo pieno alla divulgazione, allo studio e alla pratica dell'ayurveda.*