

Yoga Thai ASD



Attività dell'associazione:

Ai nostri associati proponiamo diversi corsi sia per bambini che per adulti. Abbiamo livelli differenziati per le diverse esigenze: LEGGERO, INTENSO, THAI YOGA, PRE E POST PARTO.

I nostri orari: mattina, pausa pranzo, pomeriggio e sera.

VERO:

- Lo yoga è adatto a tutti, perchè siamo fatti per lo yoga
- Lo yoga è insegnato in molti modi. Ad ogni allievo/a il suo maestro/a!
- E' bene provare l'approccio di una scuola prima di iscriversi ad un corso per capire se risponde alle proprie esigenze
- Ogni lezione di yoga è diversa ed unica, in relazione all'insegnante ed agli allievi che praticano
- Lo yoga può favorire molteplici benefici fisici e spirituali
- Lo yoga è un percorso interiore, non solo un'attività ginnica

FALSO:

- Lo yoga è statico, noioso, esclusivamente meditativo
- Non prevede intensa attività fisica, non fa sudare
- Adatto solo a persone pigre e pacate
- Non è adatto a persone in età matura

- Non è adatto a persone con temperamenti attivi ed iperattivi
- Non è adatto a persone giovani ed athleticamente prestanti
- Non comporta dispendio energetico
- E' una disciplina prevalentemente femminile

**YOGA THAI asd – p.le Vittorio Emanuele, 13 – Parma Barriera
Repubblica – zona Barilla Center**

Per informazioni e prenotazioni: 324-6664663 –
info@yogathai.it