

YOGA INTEGRALE

Un percorso di crescita e benessere globale
che unisce il corpo, la mente e lo spirito

con Giuseppa Sudosi

Il corso, aperto a tutti, principianti e non, è progettato per
migliorare la flessibilità e la forza fisica e aumentare la
consapevolezza e la serenità interiore.



Equilibrio



Respiro



Consapevolezza

Via Dego 6 Torino

Dal 29 Settembre 2026 al 30 Maggio 2027

Martedì 18.30-19.45



Contatti

✉ E-mail Giuseppa.sudosi@gmail.com

☎ Cell. 3336113284

