



COMUNE DI CAPOTERRA  
BIBLIOTECA COMUNALE DI CAPOTERRA



GIORNATA INTERNAZIONALE

dello

YOGA



VENERDÌ 26 GIUGNO

ORE 18:00

In occasione della Giornata Internazionale dello Yoga, la Biblioteca invita bambini e famiglie a partecipare a una speciale sessione di yoga dedicata al benessere, al gioco e alla condivisione.

L'attività sarà un momento di relax e divertimento da vivere insieme, attraverso semplici esercizi e pratiche adatte ai più piccoli.

**COSA PORTARE:**



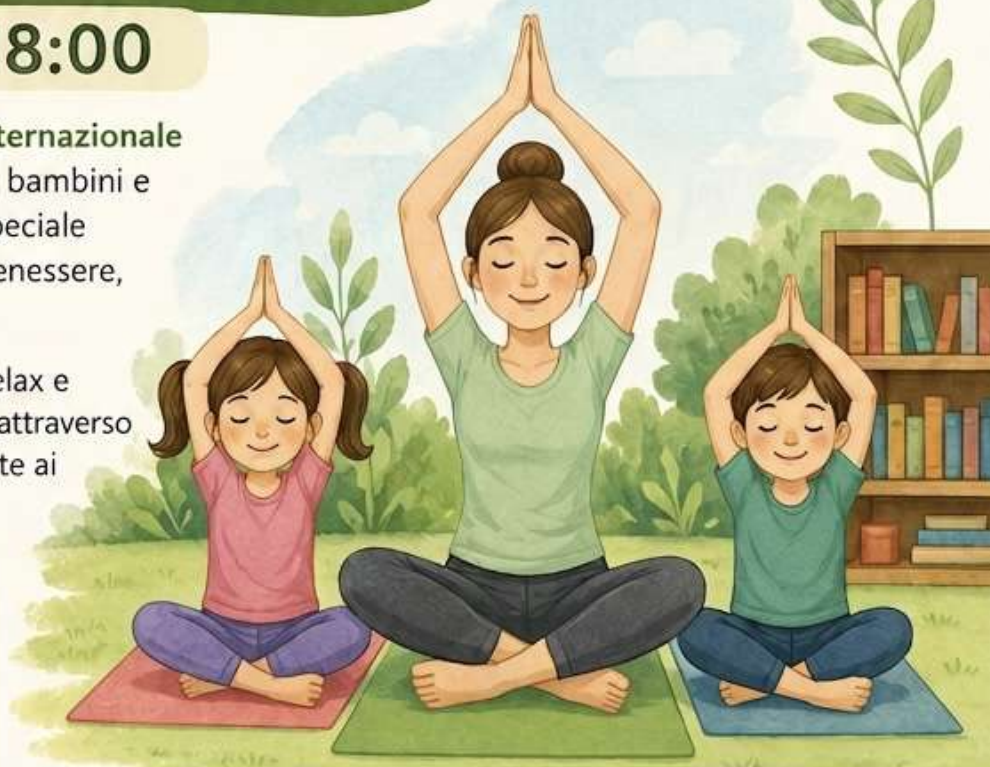
Abbigliamento sportivo e comodo



Tappetino da yoga oppure un telo



Bottiglia d'acqua



LA PARTECIPAZIONE È GRATUITA,  
MA È RICHIESTA L'ADESIONE PREVENTIVA.



*Vi aspettiamo per un pomeriggio  
all'insegna del movimento,  
del benessere e della serenità!*

