



# OPEN WEEK KURMA YOGA

Una settimana di prove  
gratuite, domenica inclusa,  
per trovare la tua strada  
yogica del benessere

9 -15 SETTEMBRE 2024



AHSTANGA

YOGA DEL RISVEGLIO

HATHA

VINYASA

GINNASTICA  
DOLCE

YOGA DONNE

YIN YOGA

YOGA DEL RESPIRO





# KURMA YOGA CENTER

La dimora dove prendersi cura di se'

**Dal 9 al 14 settembre 2024  
in presenza e online**

Per gli orari dei nostri corsi  
settimanali visita il nostro sito

[www.kurma.yoga](http://www.kurma.yoga)

Prove gratuite  
prenotazione obbligatoria

 3337452633

**Domenica 15 settembre 2024**

09.30-10.30 Ashtanga

10.45-11.45 Hatha

12.00-13.00 Vinyasa

14.30-15.30 Yin yoga

15.45-16.45 Hatha

17.00-18.00 Yoga del respiro

 kurma yoga center   
[www.kurma.yoga](http://www.kurma.yoga)

