

Le domeniche dell'Ashtanga

Mysore Style

Il tuo ritmo in una pratica condivisa

Nella classe Mysore ciascuno pratica Ashtanga al **proprio ritmo**,
con indicazioni e **correzioni personalizzate dell'insegnante**.

Il percorso è rivolto a chi ha già una **conoscenza di base dell'Ashtanga**
e desidera approfondire la propria pratica.



PRIMO MODULO

con Sissy

4 ottobre
25 ottobre
15 novembre
13 dicembre

SECONDO MODULO

con Silvia

10 gennaio
31 gennaio
21 febbraio
14 marzo



Domenica
10.00–12.00



8 incontri | € 180
4 incontri | € 120



INFO E PRENOTAZIONI

WhatsApp 333 7452633

✉ Mail info@kurma.yoga

Evento riservato ai tesserati

Pratica. Approfondisci. Evolvi