

yoga della risata
Ann Marie Kjellander



**“E' INUTILE PRENDERE LA VITA TROPPO SUL SERIO,
TANTO NON SE NE ESCE VIVI!!”**

Mark Twain

Lo Yoga della Risata è il più straordinario esercizio psico-fisico che sembra fatto apposta per chi vuole imparare ad essere felice e non sa da che parte cominciare, come dice il suo creatore Madan Kataria: 'porta il tuo corpo a ridere e la tua mente riderà con lui.' Tutto il corpo trae beneficio perché l'atmosfera che si crea nei gruppi che praticano la terapia della risata induce alla solidarietà, all'amicizia, all'ottimismo. Non ci sono limitazioni di età, di peso, di statura, di reddito per ridere insieme.

Partecipa all' incontro con l'Insegnante AnnMarie Kjellander!!!!

VENERDI 30 MAGGIO 2014

ore 16/18.30
presso

PALAZZO GORGNA

Città della Pieve (PG)



INFO amkjellander@gmail.com - cell. 3296152244