

Yoga al Centro Parco Villaggio Cagnola

Pubblicato: Lunedì 7 Maggio 2018



Aria di primavera, voglia di stare all'aperto e di rilassarsi: **il Centro Parco Villaggio Cagnola** ha quello che fa per voi: dopo il grande successo dell'anno scorso, **accanto all'esperienza tra gli alberi dell'Adventure Park**, ripartono a grande richiesta anche quest'anno i corsi di Yoga, tenuti dalla docente Anna Carla Merra in collaborazione con il Parco Regionale Campo dei Fiori e la cooperativa Ibex.

Le lezioni, per un totale di 10 appuntamenti, si terranno a partire da domenica 13 maggio nello straordinario scenario naturale del Villaggio Cagnola, incastonato nel Parco Regionale Campo dei Fiori e racchiuso tra le sorgenti dell'Olona e il monte Legnone.

Parco Villaggio Cagnola è il luogo ideale in cui ritrovare armonia ed energia a diretto contatto con la natura e lontano dalla frenesia della settimana e della città. Tra essenze secolari e acqua cristallina, tutti gli appassionati di yoga e chi intende avvicinarsi a questo mondo potranno lasciarsi cullare dalla brezza primaverile e inebriare dai profumi e i rumori del bosco liberando la mente, rilassandosi e uscendone rigenerati e ricaricati.

Un'occasione per tutti di vivere il parco in modo nuovo, eliminare lo stress e condividere la passione per lo yoga passando una giornata avvolti dalla bellezza della natura sospesi tra terra, acqua e cielo, misurandosi con se stessi e godendo di momenti di svago e relax. La partecipazione è aperta a tutti, anche ai principianti; basta solo munirsi di un tappetino/coperta, abbigliamento comodo e tanta voglia di rilassarsi e stare bene a contatto con la natura.

DOCENTE: Anna Carla Merra, diplomata presso la scuola viniyoga e coordinatrice Lombardia Nord della “Yoga – Associazione Nazionale Insegnanti”

QUANDO: sabato 19/05 – 26/05 – 09/06 – 16/06 – 07/07 – attività dalle 16:30 alle 18:00. Domenica 13/05 – 27/05 – 10/06 – 17/06 – 08/07 – attività dalle 10:00 alle 11:30. COSTO: tessera abbonamento 10 lezioni: 110,00€ – lezione singola: 12,00€.

In caso di pioggia le lezioni si terranno al chiuso. È possibile recuperare eventuali lezioni perse per motivi personali presso lo Studio Yoga della docente.

DOVE: Centro Parco Villaggio Cagnola, strada provinciale 62, Rasa di Varese (VA)

CONSIGLI: abbigliamento comodo e tappetino/coperta per la pratica

INFO & PRENOTAZIONI: info@villaggiocagnola.it – annacarla.merra@gmail.com

PAGINA FACEBOOK: www.facebook.com/events/571787166540104

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it