



Di.A.Psi. Torino
Difesa ammalati psichici ONLUS
Via Sacchi 32 – 10128 Torino
Tel. 011.546653
Fax 011.5186080
sito: www.sospiciche.it
e-mail: diapsipiemonte@gmail.com

orario segreteria
Week end da sBandolo

martedì, giovedì e venerdì: **9.30-12.30**
martedì e giovedì: **14.30 -17.30**

Per informazioni e prenotazioni:

tel. 011.543448 - fax 011.5186080

e-mail: diapsibandolo@gmail.com

solo durante gli eventi

cell n.1: 3478645829 - cell n.2: 3497733232

Associazione “Il Bandolo”
grazie al contributo della

COMPAGNIA
di San Paolo

C.I.P. - 2017 da Di.A.Psi. Torino



il Bandolo
*insieme per sciogliere
i nodi
del disagio mentale*

Corso di Yoga

dal 20/03/2017 al 29/05/2017

presso il

**Centro Yoga Satyananda
Corso Raffaello, 11 - Torino**

**le prenotazioni inizieranno da
giovedì 23 febbraio
fino ad esaurimento posti**

Perché proprio un corso di Yoga?

Perché lo **yoga** non è solo rilassamento, ma è anche un benessere per il nostro corpo: fisico, mentale, psicologico e spirituale.

Per chi fosse veramente interessato

E' in allestimento un corso di Yoga che si terrà presso il Centro Yoga Satyananda di Torino, in Corso Raffaello , 11 con la guida dell'insegnante del corso precedente.

Il corso si terrà il lunedì dalle **16,00 alle 17,00** e si comporrà di 10 sedute a cadenza settimanale.

Il calendario è il seguente:

lunedì 20 marzo 2017, lunedì 27 marzo, lunedì 3 aprile, lunedì 10 aprile, mercoledì 19 aprile, mercoledì 3 maggio, lunedì 8 maggio, lunedì 15 maggio, lunedì 22 maggio, l'ultima lunedì 29 maggio 2017.

Il Centro è raggiungibile con la metropolitana, alla fermata "Nizza", e con gli autobus 18 – 18/ - 67.

Modalità e quota di partecipazione

L'ammissione al corso si potrà chiedere prenotando presso la segreteria della Diapsi-Bandolo a partire dal 23 febbraio fino ad esaurimento posti.

Quota da versare in un'unica soluzione all'atto della prenotazione:

euro 10,00 per gli assistiti

euro 20,00 per gli utenti

Importante

Frequentare in modo continuativo vi permetterà di beneficiare al massimo degli effetti dello yoga. Durante le sedute è richiesto un abbigliamento comodo (per esempio: tuta ginnica, fuseaux, calzini di cotone da portare senza scarpe, ecc. ecc.) Sono richiesti puntualità e silenzio

Il corso sarà a numero chiuso e, qualora non si dovesse raggiungere un numero congruo di iscrizioni, verrà annullato e le somme eventualmente versate verranno immediatamente restituite.



WEEK-END DA SBANDOLO