

con Laura Voltolina



LA BUSSOLA INTERIORE YOGA ONLINE VERSO LA DIREZIONE AUTENTICA

A chi è destinato il percorso?

Il percorso è aperto a **tutti i livelli di esperienza e non è necessario avere alcuna pratica pregressa di Yoga** ma solo la voglia di esplorare e sperimentare. Il percorso è riservato agli associati a KeYoga ASD. La quota associativa è di 15 €.

Come si partecipa

acquistando le registrazioni avrai:

- 6 lezioni di 40 minuti ciascuna + 1 introduttiva a tua disposizione fino al 24 agosto 2024;
- 1 incontro individuale di 30 minuti con me, incluso nel prezzo su Zoom. Gli incontri individuali vengono concordati insieme!

Il costo delle 6 lezioni registrate + incontro individuale è di 50€

Come ci si iscrive?

- versa la quota relativa all'opzione scelta sul conto corrente dell'associazione KeYoga ASD
IBAN: IT42K0538712100000002632730
indicando in causale: nome, cognome, Bussola Interiore
- manda una email a laura@keyoga.it allegando la distinta del bonifico
- ti rilassi perché non devi più fare nulla: ti arriveranno i link alle registrazioni.

LAURA VOLTOLINA + 20 anni di esperienza nell'insegnamento dello Yoga, conduce da sempre workshops e ritiri di Yoga in Italia e all'estero, in presenza e online, creando percorsi unici che intrecciano yoga, mitologie del mondo ed embodiment: accompagna persone curiose a ritrovare i pezzi di sé che permettono scelte più chiare e azioni più efficaci. Ha realizzato percorsi specifici per situazioni complesse: sclerosi multipla, disturbi alimentari, dipendenze, contesti carcerari e progetti di cooperazione internazionale. È autrice del podcast 'Semi di calma per momenti burrascosi'. Il suo primo libro, 'Kathmandu: come realizzare due sogni perduti in dieci mosse' è disponibile in vendita negli stores e in regalo all'iscritta alla sua newsletter.

