

Una giornata per BenEssere

SABATO 6 MAGGIO 2023 ORE 9.30

LA SPEZIA, PARCO DELLE MURA, PIAZZALE PAPA GIOVANNI XXIII

**LA BREAST UNIT DEL LEVANTE LIGURE PER ASL 5
E LA RETE FEMMINILE DELLA SALUTE
INVITANO**

**AD UN INCONTRO PER PROMUOVERE LA PREVENZIONE
ATTRAVERSO UNO STILE DI VITA SANO E CONSAPEVOLE
ED UNO SGUARDO ALLE TERAPIE INTEGRATE**

Programma

ORE 9.30 PASSEGGIATA NEL PARCO

**ORE 11.00 PAUSA E SPUNTINO OFFERTO DA COOP CASEARIA
VAL DI VARA DI VARESE LIGURE**

**ORE 11.30 BREVE INTRODUZIONE ALLO YOGA CON LAVINIO
GUALDESI, MAESTRO DELLA FEDERAZIONE ITALIANA YOGA**

**PER PRENOTAZIONI
INVIARE MESSAGGIO
WHATSAPP AL NUMERO
346 2250578**

Rete Femminile
della Salute

