

# Yoga della risata

docente **Lara Chiodi**

*Lo Yoga della risata è una disciplina olistica che ci permette di ritrovare la nostra risata e di portare benessere nella nostra vita. Impareremo a ridere in maniera incondizionata, utilizzando i 4 pilastri della gioia. Oltre a ridere giocheremo, balleremo e canteremo in compagnia, in una realtà non giudicante...*



Quindicinale Mercoledì

**17:30**

**18:30**

Massimo iscritti n° 25