



ASSOCIAZIONE
QUARTIERE
RIVAPIANA
MINUSIO

RESPIRA RIVAPIANA

Risveglio mattutino al Portigon dalle 7.15 alle 8.15

In collaborazione con il Progetto Villa San Quirico

18 GIUGNO Lunedì

Ayur-Yoga con Marianne Meyer

19 GIUGNO Martedì

Feldenkrais con Giuseppe Asaro

20 GIUGNO Mercoledì

Qi Gong con Remo Moresi

21 GIUGNO Giovedì

Esploriamo con creatività il nostro corpo con
Franziska Guscetti

In caso di pioggia l'attività mattutina si svolgerà presso la Villa S. Quirico.

Se vi spostate con l'autovettura vi chiediamo di utilizzare il posteggio Remorino e non transitare su via alla Riva.

Indossare vestiti comodi scarpette morbide; portare un asciugamano o un tappetino.

In caso di bisogno contattare Giovanna Pini mgpini@bluewin.ch 076/6798456

Questo programma può subire delle modifiche. La versione definitiva sarà pubblicata sul nostro sito.

www.rivapiana.net