



**YOGA CORPORATE**

---

## **Lezione introduttiva di presentazione**

**Durata:** 1 ora e 30 minuti.

La presentazione è un'eccellente possibilità per permettere al maggior numero di dipendenti di partecipare a una lezione di yoga, così da provare come ci si sente durante la pratica di questa disciplina.

La lezione introduttiva comprende una parte teorica ma anche una breve sequenza di esercizi che può essere eseguita rimanendo seduti tranquillamente sulla sedia.

Questa lezione introduttiva è molto richiesta e ben si può inserire nei programmi di congressi, conferenze, seminari, etc.

---

**YogaCorporate**  
**Via Lungolori, 4 - I- 37127 VERONA**  
**Tel: +39.045.917269**  
**[www.yogacorporate.it](http://www.yogacorporate.it) [contatti@yogacorporate.it](mailto:contatti@yogacorporate.it)**