

Aulas de Yôga

Ginásio Clube PT em Lisboa

início 11 de Outubro 2016

Inscrições abertas

Yôga no clube PT - *Ginásio em Lisboa, Rua Sociedade Farmacêutica 12A*

Conviva com o Melhor de Si

O **Yoga Sámkhya** promove a saúde, é profilático, confere uma musculatura, e uma flexibilidade excepcionais, e uma boa forma e resistência invulgar, proporciona um elevado controlo gravítico e do movimento, mantém o peso saudável, e silhueta adequada, acentua o peristaltismo e a circulação de retorno, desenvolve a capacidade de captar, aumentar e utilizar energia de forma fulgurante, e permite rapidíssimas recuperações físicas.

Filipe Ferreira:

Instrutor – Filipe Ferreira (Colaborador do Grupo PT)

Formação - Confederação Portuguesa do Yoga - Curso Especial Superior do Yoga (CESYO)

As aulas de Yoga, **iniciam-se, terça-feira, dia 11 de Outubro 2016**, e decorrem até meados de 2017.
Períodos mensais de pagamento. Mesmo depois do início das aulas, se estiver interessado em participar contacte a secretaria do Clube PT

Horário: Terças das 12h45 às 13h35 / Quintas das 12h45 às 13h35

Local: Ginásio Clube PT - Rua Sociedade Farmacêutica, 12 - A 1150-339 LISBOA

Taxa Inscrição 20,00 €

Preço Mensal : Sócios - **20,00 €**

Inscrições: Clube PT (Lisboa) R. Andrade Corvo nº 9, R/C Esq.

Tel.: 2131947 50 email: clubept.lisboa@sapo.pt - Solicite Ficha de inscrição

Informação complementar em Clube PT Lisboa - 213194750