

4-6 Φεβρουαρίου 2011

για ΠΡΩΤΗ ΦΟΡΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

η **ANA FORREST** ιδρύτρια του συστήματος

Forrest Yoga®

σε συνεργασία με τη **Μπέσυ Τρίγκα**, επίσημη εκπρόσωπο
του συστήματος **Forrest Yoga** στην Ελλάδα και με το Στούντιο

All-in-Yoga



Πρόγραμμα

Παρασκευή 4 Φεβρουαρίου 2011

19:00-21:30 **Celebrate Your Practice**
Γιόρτασε την Πρακτική σου

Σάββατο 5 Φεβρουαρίου 2011

09:30-12:00 **Open Your Heart**
Άνοιξε την Καρδιά σου

12:00-13:30 **Διάλειμμα*** - Χαλάρωση

13:30-16:30 **Journey to the Core**
Ταξίδι στον Πυρήνα του
Σώματός σου

Κυριακή 6 Φεβρουαρίου 2011

10:00-12:30 **Heal Your Back**
Θεραπεία της Πλάτης

12:30-13:30 **Διάλειμμα*** - Χαλάρωση

13:30-16:00 **Inversions and Arm Balances**
Ανάστροφες Στάσεις και Στηρίξεις

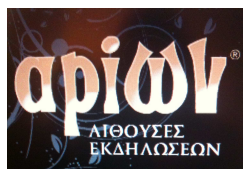
*Στα **Διαλείμματα** μπορείτε να ξεκουραστείτε, να επικοινωνήσετε
και να δικτυωθείτε στη Yoga Community απολαμβάνοντας
τσάι, φρούτα και ξηρούς καρπούς που θα παρέχονται Δωρεάν.

Special Guest !! Victoria Keen

η πιο δημοφιλής **Yoga Clothes Designer** του **Manhattan**
θα είναι κοντά μας!! Θα έχετε την ευκαιρία να επισκεφτείτε την
νέα **collection** και να αποκτήσετε **fancy yoga pants!**

Τόπος Σεμιναρίου:

Αίθουσες Αρίων, Music Hall
Λεωφόρος Καρέα -
Αγ. Ιωάννη 63, Καρέας



Κόστος Σεμιναρίου:

1 Session/ παρακολούθηση: € 70
2 Sessions/ παρακολουθήσεις: € 140
3 Sessions/ παρακολουθήσεις: € 200
Full Pass/ πλήρες πρόγραμμα,
all 5 Sessions: € 300

Πληροφορίες / Κρατήσεις Θέσεων:

Μπέσυ Τρίγκα

Τηλ.: +30 693 600 60 20

Email: allinyoga@gmail.com

Web: www.all-in-yoga.gr