

CORPO-MENTE-CUORE Workshop di bioenergetica e meditazione

Uno spazio di incontro dedicato al benessere psicofisico, in cui mettersi in ascolto del sè, attraverso le principali tecniche psicocorporee.

L'incontro sarà condotto dalla dott.ssa Claudia Travia, psicologa psicoterapeuta Umanistico-Bioenergetico e dalla dott.ssa Beatrice Barzizza, psicologa e insegnante di yoga.

Si consiglia un abbigliamento comodo, porta dei calzini e un tappetino di yoga.

**INIZIATIVA
GRATUITA!**



SABATO 15 MARZO
dalle 09.30 alle 13.30

L'incontro si svolgerà presso:
Cam Gabelle

[Via San Marco, 45 Milano](#)

Per iscrizioni: compila [qui](#)

