

# Il ritmo lento in borgata: YOGA E MEDITAZIONE

Una pratica tra pietra, natura e tranquillità  
per rigenerarsi nel silenzio.



## Serata con Patrizia Revello

Presso Agriturismo **Lo PUY**  
Loc. Podio di San Damiano Macra, Valle Maira

# Lunedì 29 Giugno



Dalle ore 18.15  
alle ore 19.45



Ore 20.00  
**Cena presso  
l'Agriturismo**

**Contributo per:** La pratica **15€** - La cena **25€**

**Portare con sé:** Vestiti comodi • Calze di lana  
Tappetino • Piccolo cuscino

**POSTI LIMITATI – PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

 **PATRIZIA: 349 1194262**

Solo messaggi WhatsApp  
**370 3715515**