



PARCO NATURALE  
PANEVEGGIO  
PALE DI SAN MARTINO

# #LANNA! i CORSI del PARCO

Questa volta ci proviamo con un connubio insolito, unendo fiocco di lana, macchina da cucire e respiro.

## Lana & Respiro



Con la macchina da cucire e il fiocco di lana realizzerete un cuscino "ripieno" e poi imparerete ad utilizzarlo come supporto per osservare corpo e respiro.

**Sabato 2 e 9 febbraio**  
**dalle 14:30 alle 17:30 circa**  
**c/o Villa Welsperg - Val Canali**

Il laboratorio si svolge in due incontri di tre ore ciascuno (circa); per portare a termine il cuscino ed apprendere qualche nozione sullo yoga è necessario partecipare ad entrambi.

Informazioni su costi & iscrizioni:  
0439 764637 -  
[cristina.zorzi@parcopan.org](mailto:cristina.zorzi@parcopan.org)

