

Se desarrollará un taller de Yoga para personas que tengan conocimientos previos en el parque Yrigoyen

08/01/2023



Gisela D'Aurizio, quien es instructora de Yoga Integral, comenzó en 2020 a dar clases durante la pandemia. Mañana lunes brindará el taller Creative que tendrá lugar en el parque Hipólito Yrigoyen, para personas que tengan conocimientos previos sobre la disciplina. Sobre ello brindó algunos detalles a través de FM Vos (94.5) y de Diario San Rafael.

La instructora aseguró que comenzar a practicar Yoga “es algo maravilloso, asombroso, es inexplicable” “Yo conocí esta disciplina a través de Luis Bautista, hace varios años, cuando tenía 15 y realmente me cambió la vida, me ayudó con

enfermedades que tenía en su momento. Si bien no es una terapia, es una disciplina, ayuda muchísimo, tiene muchísimos beneficios”, dijo.

Mañana lunes, comenzarán con esta propuesta dirigida a personas que tengan experiencia en la disciplina “porque la idea es formar un grupo, comenzar en un nuevo espacio, estaba en la biblioteca y en La Casa Une, y ahora voy a empezar en mi hogar. Entonces la idea es armar un grupo con gente que ya conozca la disciplina, este lunes, la invitación es a las 18.30 hasta 20 en el parque, en el ‘Árbol de la vida’ que es ese árbol hermoso que hay al lado del Parque de los Jóvenes”.

Al aire libre serán seis encuentros, pero no sólo en el parque, sino en la montaña y en otros puntos para continuar luego en la casa de la instructora.

En el parque podrán reunirse hasta 15 personas, pero la idea es que los interesados se acerquen para luego organizarse.

Se puede contactar a D’Aurizio en Instagram, buscando “yogatierralibre”; mediante su Facebook personal “Gise D’Aurizio”, o a través del teléfono 2604566546.