

Atelier Benessere



Yoga
AL GIOVEDÌ



Tai Chi
AL SABATO

autismo svizzera in collaborazione con la **Fondazione Oltre noi**, propone uno spazio benessere per familiari e persone che vivono la condizione dell'autismo, ma anche a interessati a condividere questa proposta.

Verranno proposte pratiche di **Yoga** e **Tai chi** con insegnanti qualificati

YOGA al GIOVEDÌ pomeriggio dalle 16.00 alle 17.00
SPIN • Spazio Incontro Brega - Breganzona

TAI CHI al SABATO mattina dalle 10.00 alle 11.30
Scuola di Tai Chi di Paradiso

Vi aspettiamo!

Per informazioni e iscrizioni: info@autismo.ch oppure 091 857 99 33