

YOGA FLOW

di J. Claudia Nizza

per

Operation Smile

Venerdì
11 ottobre
ore 17:00



Circo
Massimo

www.yogaflow.it



GRANFONDO ospita una lezione di **Yoga Flow**: praticheremo 2 routine di **Vinyasa Flow** dedicati al Sole e alla Terra. Uniremo alla pratica la solidarietà degli yogi che lottano con **Operation Smile** per regalare ai bambini tanti nuovi sorrisi. Tutti i partecipanti riceveranno in omaggio la **scheda-calendario "Surya Flow e Bhuvana Flow"** di Janine Claudia Nizza.

La **GRANFONDO CAMPAGNOLO ROMA** è molto più di una granfondo tradizionale: 4 giorni di eventi coinvolgenti, basati sull'interazione di attività agonistiche, ludiche e amatoriali, nel contesto più suggestivo del mondo: Roma, le sue meraviglie, la sua storia.