

BIBLIOTECA DI CASOREZZO

TITOLO	TESTATA	DATA	PAG.
Biblioteca:lezioni di yoga	Altomilanese	10/02/06	27
Una biblioteca aperta ai corsi	Altomilanese	10/03/06	26

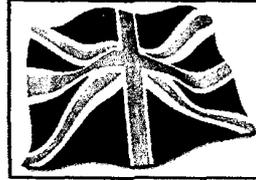
Biblioteca: le lezioni di yoga

Yoga per tutti, yoga per crescere. La Biblioteca comunale di Casorezzo organizza infatti il secondo ciclo del corso di Yoga.

La proposta, in collaborazione con il Centro Yoga Tandana, vedrà l'insegnante Vittoriana Mezzera proporre lezioni il mercoledì dalle 20.45 alle 22.45 presso la palestra delle scuole Medie, in via Einaudi. Saranno sviluppate le pratiche yoga per il benessere psicofisico che affronteranno le posture del corpo, le tecniche di respirazione, di rilassamento e di concentrazione. Mercoledì 15 febbraio è prevista una lezione di prova, che inizierà alle 18.15. Per informazioni e iscrizioni è possibile contattare la Biblioteca comunale.

Una biblioteca aperta ai corsi

La Biblioteca di Casorezzo diventa sempre più... inglese. A partire da martedì 21 marzo inizieranno in-



fatti due nuovi corsi di lingua. Si tratta di lezioni per il livello base (organizzate il martedì) e per il livello intermedio (proposte il mercoledì) che coinvolgeranno i casorezzesi per dieci appuntamenti settimanali da un'ora e mezza. I corsi si terranno in biblioteca (in via Einaudi) e avranno un costo di 80 euro. Per informazioni e iscrizioni rivolgersi in Biblioteca (029029476) dal martedì al sabato tra le 14.30 e le 18.30.

[Torna all'indice](#)