



GIORNATE DELLA LENTEZZA

DAL 4 AL 9 MAGGIO "LO SPAZIO" SI DEDICA ALLA LENTEZZA

"Lo Spazio"

Via Montello 14B

Bovisio Masciago

www.lospazio.org

info@lospazio.org

Tel.3288339173

In occasione della GIORNATA MONDIALE DELLA LENTEZZA vogliamo dedicare dei momenti e degli spazi a questa tematica con eventi, momenti simbolici, articoli, video, piccole azioni.

- **Sabato 4 maggio**
danzeremo lentamente per mano accompagnati da Marta Montorfano

- **Lunedì 6 maggio** in occasione delle Giornata Mondiale della Lentezza, Elena Fossati condurrà incontri di DanzaMovimentoTerapia a Passo Lento

- **Martedì 7 maggio** vivi il tuo movimento lentamente con Kinesi, con Simone Barlassina

- **Giovedì 9 maggio** Yoga tra pranayama e asana, con Maurizio Parola

Per partecipare contattare "Lo Spazio":
info@lospazio.org
Tel.3288339173

Inoltre sui canali social articoli, video, meditazioni per rallentare e prendere consapevolezza e riflettere a casa vostra e nei vostri spazi di lavoro e di vita.