Dipartimento dell'educazione, della cultura e dello sport
Divisione della formazione professionale
Istituto della formazione continua
Corsi per adulti

Le tecniche ringiovanenti dell'Ayurveda & dello Yoga (NOVITA')

L'Ayurveda, scienza della longevità, possiede il know-how per ritardare i processi di invecchiamento in modo naturale, e per prevenire e gestire i disturbi cronici. Il corso presenta le strategie anti-invecchiamento, i Rasayana (rimedi ringiovanenti), gli alimenti, le erbe, gli oli e le pratiche Yoga, per mantenere il corpo e la mente agili e vitali.

Docente: Gaetana Camagni

Luogo: Ostello dei Cappuccini di Faido

Domenica 15 maggio Orario 09.00-15.50

Tassa: CHF 90.-

Informazioni e iscrizioni:
Cinzia Zanzi - tel. 076 792 06 94
cpa.zanzi@gmail.com

Istituto della formazione continua

Corsi per adulti