

## **RIFLESSIONI SUL CORSO DI YOGA....**

**IL CORSO DI YOGA CON  
L'INSEGNANTE SILVANA È STATO  
DIVERTENTE E BELLO.**

**LA PRIMA VOLTA CHE PROVI A FARE  
YOGA SEMBRA DIFFICILE E TI  
FANNO MALE I MUSCOLI.**

**MA LA SECONDA VOLTA È PIÙ  
SEMPLICE E SENTI MENO DOLORE.**

**MI PIACE MOLTO IL SALUTO FINALE  
"OM-SHANTI-OM".**

**SPERO DI FARE ALTRE LEZIONI!**

**ANDREA R.**