



# INJOY

Via Garofoli, 278  
S. Giovanni Lupatoto (Verona)

Un percorso formativo che conduce all'apprendimento delle principali forme ed applicazioni della disciplina **BodyFly** direttamente presentata dal suo ideatore.

Gli argomenti trattati:

- **Area Metallo:** | la consapevolezza corporea | il respiro armonico - la corretta postura |
- **Area Fuoco:** | la flessibilità muscolare | la percezione dello spazio
- **Area Legno:** | gli appoggi mono-podalici | Il self-resistant |
- **Trois Equerres:** | Training e condivisione | BodyFly Aquatic®- Visualizzazioni e Colori |
- **Chakra e BodyFly®:** | Le posizioni ed il corpo sottile |

*Gennaro Setola*

# bodyfly NO TIME

Perché  
non concedersi  
una giornata  
di relax,  
fuori dal tempo  
e dal logorio  
della vita  
quotidiana?



**INJOY**

INTERNATIONAL SPORTS- & WELLNESSCLUBS

Via Garofoli, 278

S. Giovanni Lupatoto (Verona)

**29**

AGOSTO

ORE 11.00