



“Yoga gratuito online con Jessica”



Jessica D'Amato, insegnante di yoga, tecniche di respirazione e meditazione 8ns. partner riconosciuto), offre ai **Soci** di poter accedere ai video scelti per accompagnarli gradualmente in questa pratica, con temi, tecniche e sequenze differenti per creare un percorso virtuale.

Accedere è facile!

Potrai iscriverti al canale YouTube per praticare con Jessica questa disciplina **gratuitamente!**

<https://mailchi.mp/e23b2a1bfcdd/85wsmd8cln>

Settimanalmente gli iscritti riceveranno nuovi video di pratica e di filosofia yogica, newsletter e info per approfondimenti.

Indichiamo di seguito i contatti di **Jessica D'Amato:**

*Yoga, Respiro, Meditazione - Percorsi di gruppo e individuali
Metodo Sri Yoga & Art of Living*

Tel. e WA: +39 3495880455 - FB e YouTube: Jessica Myway Free - IG: jessica_mywayfree

