



קהילת רופין, סטודנטים וסגל

בתוך המציאות המשתנה והמאתגרת מזמינים אתכם

לתרגול יוגה און-ליין.

ניפגש ביום רביעי, 4.3.26, בשעה 16:00

לתרגול שישלב טכניקות נשימה מרגיעות ותנועה לשחרור

הגוף, בהנחיית הילה תירוש.

המפגש מתאים לכולם - למי שמעולם לא תרגל ולמי

שמתרגל באופן קבוע.

מצפים לראותכם!

הילה תירוש, מנחה ליוגה האטה ויניאסה. משלבת את האהבות שליטבה, תנועה הוויזואלית הנחיינת קהילתיות, יוגה וסנסאטוריות אחרות. טבעית, סאונדית שנהב' ביחודי-פסיכולוגיה ומנהל באחלאת רופין.

אכניסה לזום יש לחולף כאן

