

VIVERE LO YOGA

## YOGA

RISOLVI  
I CONFLITTI  
INTERIORI

**COVID:**  
stimola  
l'immunità  
e aiuta  
il recupero

**PREOCCUPATO  
PER IL FUTURO?**  
Affronta le incertezze

**RISVEGLIA  
i sensi**

**RESTA  
IN FORMA  
durante  
le feste**

**RIPARTI DI SLANCIO  
con 6 sane abitudini**

**IL DESIDERIO  
un fuoco che divora**

**NON CORRERE!  
Fermati**

**SUPERA L'ANSIA CON I MANTRA**

N. 96 - BIMESTRALE - 4,00 €



917718281427303

PL 22-10-2020