

ISTITUTO - ISTRUZIONE -



"Ignazio PORRO"

Viale Kennedy, 30 - 10064 - PINEROLO (TO)

Telefono 0121-391311

C.F. 94540190017 - IPA UF6T0E

porro@porropinerolo.edu.it - porro@pec.porropinerolo.edu.it

<https://www.porropinerolo.edu.it>

SUPERIORE



pon
2014-2020
FONDI
STRUTTURALI
EUROPEI

tois01400d@istruzione.it - tois01400d@pec.istruzione.it

FUTURA

LA SCUOLA
PER L'ITALIA DI DOMANI

Finanziato
dall'Unione europea
NextGenerationEU

Ministero dell'Istruzione
e del Merito

Italiadomani
PIANO NAZIONALE DI RIPRESA E RESILIENZA

Numero	Data	Oggetto:	
71	30/11/2023	PROGETTO YOGA A SCUOLA	I.I.S. "IGNAZIO PORRO"- PINEROLO Prot. 0009033 del 07/12/2023 IV (Uscita)
Destinatari:		Agli studenti delle classi dell'indirizzo turistico, sociosanitario e al personale docente	

Si informa che martedì 12 dicembre 2023, alle h 14.30, in aula audiovisivi, comincerà il corso "Introduzione allo yoga". Sarà composto da 10 lezioni, ed avrà la durata di un'ora. La lezione sarà suddivisa in 3 momenti, nella prima parte praticheremo a livello fisico, nella seconda parte ci concentreremo sulla respirazione e nell'ultima parte sperimenteremo una piccola meditazione.

Calendario

12 dicembre

19 dicembre

9 gennaio

16 gennaio

23 gennaio

30 gennaio

6 febbraio

13 febbraio

20 febbraio

27 febbraio

Chi fosse interessato può iscriversi mandando una mail alla prof.ssa Gramaglia.

gramaglia.eleamaria@porropinerolo.edu.it

Prof.ssa Gramaglia Elena Maria