

# A.s.d. Trail Running Brescia

In collaborazione con



Organizza il 27 maggio 2009 alle ore 20  
una serata pratica e dimostrativa di YOGA per la corsa  
Brescia via Triumplina 45



Dal Canada  
YOGAFORRUNNERS  
Ora anche in Italia con



[www.tite.it](http://www.tite.it)  
[www.yogaforrunners.com](http://www.yogaforrunners.com)

Una pratica pre e post corsa per ottimizzare le energie e prevenire gli infortuni.  
Consigliabile abbigliamento da corsa e una coperta o il tappetino per chi lo possiede.

**Stage limitato a soli 50 posti**

ai soci TRB: partecipazione gratuita  
simpatizzanti: iscrizione 10 euro

Info e prenotazioni presso la sede Trail Running Brescia  
via Triumplina 45 tel. 030.2002385 - [info.trailbrescia@gmail.com](mailto:info.trailbrescia@gmail.com)  
<http://trailrunningbrescia.jimdo.com>