



Yoga della Risata in Ospedale Presentazione



Laughter Yoga Therapy o Yoga della Risata é un metodo ideato dal medico indiano **Dr. Manan Kataria**

è supportata da diversi studi scientifici.

 [Presentazione](#) (PDF - 688 KB)

Unisce diverse tecniche di respirazione tratte dall'antica tradizione yogica ed esercizi gioiosi tali da stimolare il riso. La risata sia indotta, sia spontanea porta benefica ad ogni parte di noi: fisica, mentale, emozionale, spirituale.

Ultimo aggiornamento Lunedì 01 Luglio 2019 13:59

Ultimo aggiornamento Lunedì 01 Luglio 2019 13:59

