

# Introduzione alla meditazione

## la pratica della consapevolezza del corpo e del respiro

incontri di meditazione aperti a tutti,  
condotti da **Luca Rossi** e **Alessandra Pollina**

**mercoledì** (dalle 19.00 alle 20.00)

**19** e **26** giugno, **10** e **17** luglio, **21** e **28** agosto **2019**

Stabilimento balneare **BigFish**

via Litoranea, 68 - Marina di Pisa

dopo ogni incontro, **cena** con menù fisso  
a base di pesce 15,00 € (bevande escluse)

Per **prenotazione** cena (obbligatoria):  
050.3144656

Per **informazioni** sugli incontri:  
335.7174864 333.2963932

stabilimento balneare **Big Fish**  
via Litoranea, 68 - Marina di Pisa (PI)  
050 3144656  
info@albabigfish.com

associazione **L'Alba**  
via delle Belle Torri, 8, - 56127 Pisa (PI)  
050 544211  
associazionelalba@gmail.com  
albassociazione.com

