



Ciao a tutti e ben trovati,  
ovunque voi siate, in viaggio, in completo relax,  
o nuovamente in ufficio...  
questo è il momento di apportare qualche "variante"  
nel nostro stile di vita  
rinfrescandoci con qualche novità  
... riprendiamo il nostro filo conduttore collegato alla frase:

**"In tempi di incertezza, il migliore investimento  
è tuffarsi nella cura e nello sviluppo di se stessi"**

Il queste News **FreedomYoga** vi offre **solo 3 spunti** interessanti  
per il bene più prezioso che abbiamo **"il nostro tempo libero"**  
da goderci con le cose e le persone che amiamo.

**L'invito resta quello di sempre ... s i a t e c u r i o s i !**

**1. [www.freedomyoga.it](http://www.freedomyoga.it): Visitate il blog e incuriositevi !!!**

Un blog in evoluzione ... perché

**"Una vita senza ricerca non vale la pena di essere vissuta"** (Socrate)  
Visitatelo...

**2. [www.lakeside.vb.it](http://www.lakeside.vb.it): 1 Agosto 2009 - La galleria Lakeside di  
Verbania è lieta di presentare la prima mostra personale di  
Corrado Bove (1974) dal titolo Codice Muto.**

L'esposizione, a cura di **Gaspare Luigi Marcone**, è un'installazione,  
costituita da una grande scultura in rete metallica e smalti (Codice Muto,  
120 x 80 x 60 cm, 2006) "circondata" da una serie di 7 stampe  
fotografiche su alluminio relative all'opera (ognuna di 70 x 100 cm).

Nel suo percorso artistico Bove analizza alcuni principi fondanti della scultura e dell'immagine, interrogandosi sulla polarità tra massa e forma, pieno e vuoto, essenza e apparenza.

I suoi "grovigli metallici" esprimono una tensione psichica "labirintica", apparentemente caotica ma che si presenta costantemente con "forme armoniche".

Orario galleria: da martedì a domenica 10.30-12.30 e 16.00-19.30

Lunedì chiuso. Entrata libera.

Per info: [www.lakeside.vb.it](http://www.lakeside.vb.it) - [www.corradobove.it](http://www.corradobove.it)

### **3. [www.centrobelfiore.it](http://www.centrobelfiore.it): Agosto in città ... IL CENTRO BELFIORE**

ti offre nel mese di Agosto giornate di serenità e di benessere consigliandoti massaggi ayurvedici, massaggi con tecniche massoterapiche, fangoterapie e bagno turco, oppure pilates per mantenerti in forma anche in città.

Potrai scegliere di farti avvolgere nella tranquillità del tuo corpo percorrendo un piacevole cammino per ritornare ad abitare il tuo corpo e per entrare in sintonia con la tua vera natura.

Il pacchetto per il mese di Agosto prevede uno sconto del 20% (è esclusa la settimana di ferragosto).

Vieni a conoscerci!

**Per info: tel. 02.4818137 oppure 02.93589274 - [www.centrobelfiore.it](http://www.centrobelfiore.it)**

### **E ... dal 7 Settembre Freedomyoga ritorna tutti i lunedì**

con le lezioni dalle 18.00 alle 19.30 e dalle 20.00 alle 21.30

al Centro Belfiore di via P. Giovio, 15 – Milano – MM Pagano

**Per info: FreedomYoga - cell. 347.1643843 – [info@freedomyoga.it](mailto:info@freedomyoga.it)**

*Infine*

*"Ayus Kar" e buona lunga vita a tutti .*

*Tanta Luce da Letizia*