

Secrets of Longevity & Being Disease Free with Paul Tank

**Also, gentle movement and breathing exercises to
help you stay pain-free as you age.**

No experience is necessary for this class.

INTRODUCTORY PRICE: 15,000 mil

Sunday, November 16th. Time: 8:30 a.m. to 3:00 p.m. Limit of 12 people

Location: Luckys Hotel in San Isidro del General. One block away from behind Musoc.

Enter the Hotel reception, located at the side of the building, and proceed to the conference room.

Register Now: Text or call Paul, 8914 8959

Please remember to bring a blanket or yoga mat to lie on, as spare ones are not available. Dress loosely and **bring a snack!**

Secretos de la longevidad y la vida libre de enfermedades

con Paul Tank

Además, movimientos suaves y respiración para ayudarle a mantenerse sin dolor a medida que envejece.

No se necesita experiencia para esta clase fácil de realizar.

PRECIO DE LANZAMIENTO: 15,000 mil

Domingo 16 de noviembre. **Horario:** 8:30 a. m. a 3:00 p. m. **Límite** de 12 personas.

Ubicación: Hotel Luckys en San Isidro del General. A una cuadra detrás de Musoc.

Ingresa a la recepción del hotel, ubicado al costado del edificio, y proceda a la sala de conferencias.

Regístrate ahora: Envía un mensaje de texto o llama a Paul al 8914 8959.

Recuerda traer una manta o esterilla de yoga para tumbarte, ya que no hay de repuesto. ¡Vístete con ropa holgada y trae algo para picar!