

# MORNING ZEN

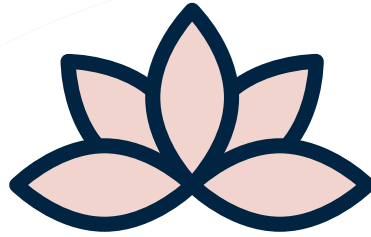
## Beginner Friendly Yoga

Join us for a gentle morning yoga session designed to awaken the body, calm the mind, and set a soothing tone for the day ahead. All levels welcome—just bring your mat and a quiet heart.

Tuesday,  
June 3<sup>rd</sup> & 17<sup>th</sup>  
From 8:00am- 9:00am

Whittier Wellness Community  
7643 S. Painter Ave.  
Whittier, CA 90602





# MAÑANA ZEN

## Yoga para principiantes

Acompáñanos en una suave sesión matutina de yoga diseñada para despertar el cuerpo, calmar la mente y preparar el terreno para el día. Todos los niveles son bienvenidos; solo trae tu tapete y un corazón en calma.

Martes

3 y 17 de junio

De 8:00am a 9:00am

Whittier Wellness Community

7643 S. Painter Ave.

Whittier, CA 90602

