

ORARIO 2017-2018

Lunedì

13.00	14.00	Yoga	<i>“Prenditi una pausa, fai un respiro” *</i>
18.30	20.00	Yoga	<i>Avanzati</i>
19.00	21.00	Yoga	<i>Principianti</i>
20.00	21.20	Yoga	<i>Pratiche distensive</i>

Martedì

13.00	14.00	Yoga	<i>“Prenditi una pausa, fai un respiro” *</i>
17.00	18.30	Yoga	<i>Misto</i>
18.30	20.00	Yoga	<i>Avanzati</i>
18.30	20.00	Yoga	<i>dell'energia</i>

Mercoledì

7.30	8.30	Yoga	<i>del risveglio *</i>
9.30	11.00	Yoga	<i>Principianti</i>
18.00	20.00	Yoga	<i>Avanzati</i>
18.30	20.00	Yoga	<i>Avanzati</i>

Giovedì

18.30	20.00	Yoga	<i>Avanzati</i>
19.15	20.35	Yoga	<i>in English</i>
20.00	21.20	Yoga	<i>Pratiche distensive</i>

Venerdì

10.00	11.20	<i>Yoga a ciclo tematico: 1° La colonna vertebrale</i>	
18.30	19.45	<i>Respirazione e meditazione *</i>	

**questi corsi sono disponibili su prenotazione*