

Corsi di Yoga

diretti da Chiara Spinetti

Purna Yoga

Principianti	Lun e Giov	ore	08-9,15
	Mart e Ven	ore	13 -14,15
	Lun e Giov	ore	17,45-19
	Mart e Ven	ore	18,15-19,30
	Mart e Ven	ore	20,00- 21,15

Intermedio Lun e Giov ore 19,15-20,45

Avanzato Mercoledì ore 18-20

Ashtanga Vinyasa Lunedì ore 13 - 14,30

Martedì ore 16,30-18

Mercoledì ore 06,45 -08,15

Sabato ore 08,30- 10

Sivananda Yoga: Giovedì ore 12,45 - 14,15

Panchanga Yoga: Giovedì ore 10:15 - 11:45

Rilassamento Profondo: Venerdì ore 17 - 18

Yoga Family (bimbi 3 - 10 anni) Lunedì ore 16,30 - 17,30

Yoga Prenatale Mercoledì ore 16 - 17,30

Meditazione Incontri mensili in date da definire

Meditazione Hong So Lunedì ore 20,30 - 21,30

(Paramhansa Yogananda)



Per informazioni: 339 3404722