

**Per INFORMAZIONI sui Corsi e durante gli orari delle lezioni:
 Maurizio 335 806 0892 - Mirna 349 619 1167 - Mario 347 694 5881
 Possibilità di Lezioni Private**

sabato

EVENTI

lunedì

martedì

mercoledì

giovedì

venerdì

06:30 - 07:30

Ashtanga Elements



Giulia

9:00 - 10:00

Ginnastica Dolce

Maury

9:00 - 10:00

Ginnastica Dolce

Maury

13:15 - 14:15

Hatha

Elisa

14:15 - 15:15

Hatha

Maury

14:15 - 15:15

Hatha

Maury

17:30 - 18:30

Hatha

Mirna

17:30 - 18:30

Ashtanga Elements



Giulia

17:30 - 18:30

Hatha Studio Asana

Mirna

18:30 - 19:30

Hatha

Mirna

18:45 - 19:45

Hatha Yin & Yang

Elisa

18:45 - 20:00

Metodo Yin Rilassamento

Corpo Mente + 15'

Meditazione

Mirna

20:00 - 21:00

Hatha Dinamico

Federica

20:00 - 21:00

Hatha

Federica

20:00 - 21:00

Hatha Funzionale

Silvia

20:00 - 21:00

Hatha

Maury

Sabato 16
 dalle 17:30 alle
 19:00

*Meditazione & Bagno di
 Suoni*

*In collaborazione con "La
 Stella Blu"*
 di Elisa Zambelli e
 Norman Nanetti