



# Orari Lezioni dal 3 Dicembre 2018

M04 R0

09/07/2017

orario	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
07:00						<b>STAGE</b>
08:00						
08:15						
08:30						<b>Meditazione</b> 01 dicembre ore 16 Orazio
08:45						
09:00	<b>Ginnastica Dolce</b> Maury		<b>Metodo Yin</b> <b>Rilassamento Corpo e</b> <b>Mente</b> Valeria	<b>Ginnastica Dolce</b> Maury		
09:15						
09:45						
10:00						
11:00						<b>Mindfulness</b> 15 dicembre ore 09:30 Stefania
11:15						
11:30	<b>LEZIONI PRIVATE. Per Prenotare: Maurizio 335 8060892</b>					
12:00						
13:15						
13:30			<b>Hatha Base/Intermedio</b> Valeria			
14:15		<b>Hatha Base</b> Maury			<b>Hatha Base</b> Maury	<b>Hatha Posturale/Dolce</b> Valeria
14:30						
15:15						<b>Bagno Armonico</b> 15 dicembre ore 16 Christian
15:30	<b>LEZIONI PRIVATE. Per Prenotare: Maurizio 335 8060892</b>					
16:00						
17:30						
17:45						
18:15						<b>Yoga Nidra - Suoni</b> <b>Emozionali</b> 22 dicembre ore 18 Mirna - Maury
18:30			<b>Hatha Base</b> Mirna		<b>Metodo Yin</b> <b>Rilassamento Corpo e</b> <b>Mente</b> Valeria	
18:45	<b>Metodo Yin</b> <b>Rilassamento Corpo e</b> <b>Mente</b> Mirna	<b>Hatha Base</b> Mirna				
19:15						
19:30						
19:45						
20:00	<b>Hatha Dinamico</b> Mirna	<b>Hatha Base</b> Maury	<b>Metodo Avanzato</b> Mirna Mauri Alle	<b>Hatha Base</b> Maury	<b>Shiva Flow</b> Mirna	
20:15						
21:00						

Consulenze di Naturopatia, Shiatsu, Reiki, Massaggio Decontratturante, Massaggio Metamorfoico, Riflessologia.

La nostra Naturopata **Silvia Covili** riceve su appuntamento

cell: **339 5618093**

**Il Centro Rimarrà Chiuso i Giorni 24 - 25 - 26 - 31**