



Orari Lezioni da Settembre 2019

M04 R0

09/07/2017

orario	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	
07:00						STAGE	
08:00							
08:15							
08:30							
08:45		9:00 - 10:00	9:00 - 10:00	9:00 - 10:00			
09:00		Ginnastica Dolce Maury	Metodo Yin Rilassamento Corpo/Mente Valeria	Ginnastica Dolce Maury			
09:15							
09:45							
10:00							
11:00						Yoga Nidra - Suoni Emozionali 21 settembre ore 17:30 Mirna - Maury	
11:15	LEZIONI PRIVATE. Per Prenotare: Maurizio 335 8060891						
11:30							
12:00							
12:30			13:15 - 14:15				
13:15			Metodo Mat-Pilates NEW! Letizia				
14:00		14:15 - 15:15			14:15 - 15:15		
14:15		Hatha Base Maury		Hatha Posturale/Dolce Valeria NEW!			
15:00							
15:15							
16:00							
17:30							
17:45							
18:15			18:30 - 19:30				
18:30	18:45 - 19:45	18:45 - 19:45	Hatha Base Mirna	18:45 - 19:45	18:45 - 19:45		
18:45	Metodo Yin Rilassamento Corpo e Mente Mirna	Hatha Dinamico Base NEW! Mirna			Metodo Mat-Pilates NEW! Letizia		Metodo Yin Rilascio Miofasciale Valeria
19:15							
19:30							
19:45							
	20:00 - 21:00	20:00 - 21:00	19:45 - 21:00	20:00 - 21:00	20:00 - 21:00		
20:00	Hatha Dinamico Mirna	Hatha Base Maury	Metodo Avanzato Valeria Mauri Letizia	Hatha Base Maury	Hatha Vinyasa Dinamico Mirna		
20:15							
21:00							

Consulenze di Naturopatia, Shiatsu, Reiki, Massaggio Decontratturante, Massaggio Metamorfo, Riflessologia.
 La nostra Naturopata **Silvia Covili** riceve su appuntamento
 cell: **339 5618093**