

*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
Abbonamenti personalizzati*

sabato

lunedì

martedì

mercoledì

giovedì

venerdì

9:00 - 10:00

Ginnastica Dolce
Maury

9:00 - 10:00

Ginnastica Dolce
Maury

12:45 - 13:45

Hatha
Elisa

14:15 - 15:15

Hatha
Maury

14:15 - 15:15

Hatha
Maury

17:30 - 18:30

Hatha
Mirna

17:30 - 18:30

Hatha Studio Asana
Maury

18:45 - 19:45

Metodo Yin/Miofasciale
Rilassamento Corpo Mente
Mirna

18:45 - 19:45

Hatha Dinamico
Mirna

18:30 - 19:30

Hatha
Mirna

18:45 - 19:45

Hatha
Elisa

18:45 - 19:45

Metodo Yin/Restorative
Rilassamento Corpo Mente
Mirna

20:00 - 21:00

Asthanga per Principianti
Lina 

20:00 - 21:00

 **Hatha**
Bianca

20:00 - 21:00

Hatha Dinamico
Silvia

20:00 - 21:00

Hatha
Silvia

20:00 - 21:00

Introduzione alla
Meditazione Vipassana
 Francesca

21:10 - 22:10

Introduzione alla
Meditazione Vipassana
 Francesca