

YOGI'S MENU'

Orario discipline della Ginnastica finalizzata alla salute ed al fitness

LUN	MART	MERC	GIOV	VEN	SAB
	SALA B 9,30 Movimento Consapevole	7,30 PRANAYAMA MEDITAZIONE 45 min.		9,30 YOGA WAVE MORNING FLOW	11,00 YOGA WAVE MORNING FLOW
	9,30 YOGA WAVE MORNING FLOW			13,30 YOGA WAVE	
	13,30 YOGA WAVE		SALA B	13,30 YOGA WAVE	SALA B
18,15 YOGA WAVE	SALA B 18,15 YOGA WAVE BASE	18,15 YIN & YANG	18,15 HATHA YOGA	18,15 YOGA WAVE	18,15 HATHA YOGA
19,30 YOGA WAVE INTENSIVE FLOW	19,30 YOGA WAVE BASE	19,30 YOGA WAVE INTENSIVE FLOW	19,30 HATHA YOGA	19,30 YOGA WAVE	19,30 HATHA YOGA
	20,30 YOGA AEREO		20,30 YOGA AEREO		

Discipline: tutti i corsi sono su prenotazione a numero limitato di partecipanti.