

STUDIUM YOGA

ORARI CORSI 2025/26



LUN	MART	MERC	GIOV	VEN
10:30 - 11:45 YOGA LONGEVITY <i>Claudio</i>	11:00 - 12:00 PILATES <i>Luca</i>	10:30 - 11:45 YOGA LONGEVITY <i>Claudio</i>	11:00 - 12:00 PILATES <i>Luca</i>	
			13:10 - 14:10 HATHA YOGA <i>Caterina</i>	13:10 - 14:10 PILATES <i>Caterina</i>
	17:00 - 18:00 PILATES <i>Caterina</i>		17:00-18:30 KIDS YOGA <i>Nicoletta</i>	17:00 - 18:00 PILATES <i>Caterina</i>
18:15 - 19:15 YOGA POSTURALE <i>Claudio</i>	18:15 - 19:30 HATHA YOGA <i>Caterina</i>	18:15 - 19:15 YOGA POSTURALE <i>Claudio</i>		18:15 - 19:30 HATHA YOGA <i>Caterina</i>
19:30 - 20:30 RITUAL VINYASA YOGA <i>Claudio</i>	19:40 - 21:10 YOGA TIBETANO <i>Caterina</i>	19:30 - 20:30 RITUAL VINYASA YOGA <i>Claudio</i>	ogni due giovedì 19:30:21:00 PSICOLOGIA dello YOGA e MEDITAZIONE <i>Claudio</i>	
20:40 - 21:50 TAIJI QUAN QI GONG <i>Simone Claudio</i>		20:40 - 21:50 QI GONG <i>Claudio</i>		Le lezioni nella cella grigia si svolgono anche on line

YOGA IN GRAVIDANZA su appuntamento

