

Programmazione Settimanale Lezioni

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	dalle 10,30 alle 11,30 Yoga Wellness		dalle 10,30 alle 11,30 Yoga Wellness		14/10/2017 dalle 15,00 alle 19,00 Lavoro specifico sulla Respirazione con l'attivazione dei tre diaframma
	dalle 16,45 alle 17,45 Yoga Wellness				
dalle 19,00 alle 20,00 Corso Back School	dalle 18,00 alle 19,00 Corpo e Azione	dalle 18,30 alle 19,30 Corpo e Azione	dalle 18,00 alle 19,00 Corpo e Azione	dalle 17,30 alle 18,30 Yoga Wellness	11/11/2017 dalle 15,00 alle 19,00 Lavoro specifico sul Radicamento piedi e gambe
dalle 20,15 alle 21,15 Postura e Movimento	dalle 19,15 alle 20,15 Yoga Wellness	dalle 20,00 alle 21,15 Bionergetica	dalle 19,15 alle 20,15 Postura e Movimento		
			dalle 20,30 alle 21,45 Bionergetica		25-26/11/17 Corso di Antiginastica
le lezioni del lunedì non saranno eseguite nelle seguenti giornate: 2 aprile 2018	le lezioni del martedì non saranno eseguite nelle seguenti giornate: 1 maggio 2018	le lezioni del mercoledì non saranno eseguite nelle seguenti giornate: 1 novembre 2017 25 aprile 2018		le lezioni del venerdì non saranno eseguite nelle seguenti giornate: 8 dicembre 2018	

N.B.

le sessioni saranno sospese dal 23 dicembre 2017 al 6 gennaio 2018

le sessioni nelle giornate programmate partiranno solo al raggiungimento del numero minimo di 5 persone