

Karma CHAKRA

LO YOGA SECONDO FABRIZIO BOLDRINI

	<i>lunedì</i>	<i>martedì</i>	<i>mercoledì</i>	<i>giovedì</i>	<i>venerdì</i>	<i>sabato</i>	<i>domenica</i>
		07.00_09.00 Ashtanga Mysore	Lezioni private	Lezioni private	07.00_09.00 Ashtanga Mysore		
Lezioni private	09.00_10.00 Terapia	09.00_10.00 Dinamico	09.00_10.00 Dinamico	09.00_10.00 Dinamico	09.00_10.00 Posturale	Eventi extra	Eventi extra
Lezioni private	10.00_10.30 Medit/Pranayama	10.30_11.30 Gravidanza	10.00_11.30 Restorative su prenotazione	10.00_10.30 Medit/Pranayama	10.30_12.00 Ashtanga		
13.00_14.00 Dinamico	13.00_14.00 Funzionale	13.00_14.00 Dinamico	13.00_14.00 Perdi peso	13.00_14.00 Dinamico	Eventi extra		

Lezioni private	Lezioni private		Lezioni private	16.45_17.45 Bambini	Eventi extra	Eventi extra	
18.00_19.00 Intro yoga Pranayama	18.00_18.45 Terapia	18.30_19.30 Posturale	18.30_19.30 Dinamico	17.45_19.15 Restorative su prenotazione	Eventi extra	Eventi extra	
19.00_20.00 Perdi peso	18.45_20.15 Ashtanga	19.30_20.30 Dinamico	19.30_20.00 Meditazione	19.15_20.45 Ashtanga			
20.15_21.30 Ashtanga	20.15_21.15 Intro yoga		20.00_21.30 Ashtanga				

Segreteria: lun - mar - gio: 12.30 - 13.00 / 17.30 - 18.00 ven: 12.30 - 13.00 / 18.30 - 19.00