

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
			9.30 - 10.45 SENIOR YOGA Yoga Dolce Claudia		
	9.30 - 10.45 HATHA YOGA Hatha Flow Shivaan Riccardo			9.00 - 10.00 PILATES MATWORK Ilaria	
		10.00 - 11.30 KRIYA VINYASA YOGA Yoga Himalayano Integrato Arya Giulia	11.30 - 12.45 HATHA YOGA Hatha Flow Shivaan Riccardo	10.15 - 11.30 VINYASA YOGA Sundari Marina	10.00 - 11.15 WEEKEND YOGA PRACTICE
	12.45 - 13.45 PILATES MATWORK Ilaria		12.45 - 13.45 YOGA PAUSA PRANZO Claudia		
14.30 - 15.30 PILATES MATWORK Ilaria	15.00 - 16.15 YOGA PRENATALE Soft Yoga Gestanti Claudia		17.30 - 18.30 PILATES MATWORK Ilaria	14.30 - 15.45 HATHA YOGA Hatha Flow Shivaan Riccardo	15.00 - 16.00 TAI CHI CHUAN Arte Marziale Anna
18.15 - 19.30 YOGA PRINCIPIANTI Hatha Flow Claudia	17.00 - 18.15 HATHA YOGA Hatha Flow Shivaan Riccardo	17.30 - 18.45 YOGA PRENATALE Soft Yoga gestanti Claudia	19.00 - 20.15 YOGA PRINCIPIANTI Hatha Flow Shivaan Riccardo	17.15 - 18.15 JUNIOR YOGA Yoga age 8 - 12 Laura	<b>DOMENICA</b>  SEMINARI DI COUNSELING  COSTELLAZIONI FAMILIARI  SCAMBIO TRATTAMENTI REIKI  WORKSHOP A TEMA: (date da stabilire) - Yoga & Sound Healing - Yoga & Ayurveda - Yoga & Chakra Sadana - Shiva - Shakti Yoga - Bhakti Yoga Flow - Mantra Concert
18.30 - 19.45 YOGA ON LINE Vinyasa Flow - Min.3 allievi Sundari Marina	18.30 - 19.30 TAI CHI CHUAN Arte Marziale Anna	19.00 - 20.15 SHIVA EMBODIMENT PRACTICE Yoga integrato per il Maschile Shivaan Riccardo	20.15 - 21.15 YOGA DINAMICO AVANZATO Sundari Marina	18.30 - 20.00 SHRI DEVI YOGA Yoga per il femminile Arya Giulia	
19.30 - 21.00 MEDITATION & YOGA NIDRA Soft Flow Yoga serale Arya Giulia	19.35 - 20.35 PILATES MATWORK Ilaria	20.30 - 21.30 PILATES MATWORK Ilaria	21.15 - 22.30 SERATE DI MEDITAZIONE & SOUND HEALING Arya & Shivaan (quindicinale)		
	20.35 - 21.45 VINYASA YOGA Sundari Marina				