



Orario Lezioni 2023

ORARIO D'INGRESSO	LUN	MAR	MER	GIOV	VEN	SAB	DOM
09:00	HATHA YOGA						
10:30						MYSORE E GUIDATA	MYSORE E GUIDATA
12:00						HATHA YOGA PROPS	
13:00	MYSORE E INTRO ASHTANGA		MYSORE E GUIDATA	HATHA YOGA	MYSORE E INTRO ASHTANGA		
14:00						DANZA BOLLYWOOD	
18:00	GUIDATA	INTRO ASHTANGA		GUIDATA			
dalle 18:00 alle 19:15		MYSORE		MYSORE			
dalle 18:15 alle 19:15			MYSORE				
18:30					RINFORZO FUNZIONALE (ONLINE)		
19:00	HATHA YOGA		GUIDATA		INTRO ASHTANGA		
dalle 19:00 alle 19:30					MYSORE		
19:15		INTRO ASHTANGA		GUIDATA	PRANAYAMA (ONLINE)		
20:15			HATHA YOGA PROPS				