CALENDARIO CORSI 26/27

LUNEDÌ

7:00 - 8:00
RISVEGLIO ENERGETICO
Laura

10:30 - 12:00
ANTIGINNASTICA®
ROBERTA

13:00 - 14:00
BENESSERE IN PAUSA PRANZO
Laura

18:00 - 19:30
ANTIGINNASTICA®
Roberta

18:30 - 19:30
PILATES
Lorena

19:45 - 21:00
HATHA YOGA
Donata

MARTEDÌ

09:00 - 10:00
YOGA SULLA SEDIA
Lorena

13:40 - 14:40
PILATES
Elisa

16:30 - 18:30
TAIJI E QI GONG
Antonio

19:00 - 20:00
HATHA YOGA
Elisa

MERCOLEDÌ

7:00 - 8:00
RISVEGLIO ENERGETICO
Laura

9:00 - 10:00
GINNASTICA POSTURALE
Barbara A.

13:00 - 14:00
BENESSERE IN PAUSA PRANZO
Laura

17:00 - 18:00
ENJOYOGA@
Francesca

18:30 - 19:30
PILATES
Lorena

20:00 - 21:30
CON_SAPERE
DAL RESPIRO ALLA MEDITAZIONE
Laura

GIOVEDÌ

9:00 - 10:00
MOBILITÀ E STRETCHING
Chiara

10:15 - 11:15
YOGA DOLCE
Donata

13:40 - 14:40
PILATES
Elisa

18:30 - 19:30
HATHA YOGA
LEA

19:45 - 21:00
MEDITAZIONE
Valentina

VENERDÌ

18:15 - 19:30
CAMMINATA METABOLICA®
Sonia

SABATO

9:00 - 10:30
CAMMINATA CONSAPEVOLE
Laura

PerCorsi Olistici
— IL CENTRO DEL TUO BENESSERE —

info e iscrizioni:
Tel. **3394446290**

PERCORSI OLISTICI A.P.S.
Via Palazzetti 22/M, San Lazzaro di Savena (BO)