

PERCORSI DI EDUCAZIONE AL BENESSERE

DAL 15 SETTEMBRE

LUNEDI'

ore 6.30 - **Vinyasa Yoga**
(attività pre lavoro di 45')
ore 19 - **Amache Adulti**
ore 19.45 - **Vinyasa Yoga**
ore 20 - **Pilates**
ore 20 - **Danza del ventre**

MARTEDI'

ore 8.30 - **Pilates**
ore 9.30 - **Amache Adulti**
ore 17.45 - **Yoga Soft**
ore 18.15 - **Clinical Pilates**
ore 19.30 - **Ginnastica Posturale**
ore 20 - **Hatha Yoga**
ore 20.30 - **Tai Chi**

MERCOLEDI'

ore 6.30 - **Vinyasa Yoga**
(attività pre lavoro di 45')
ore 16 - **Body Flying KIDS**
ore 17 - **Body Flying ADO**
ore 17.30 - **Yin Yoga**
ore 18.15 - **Pilates**
ore 19.30 - **Pilates**

GIOVEDI'

ore 16.15 - **Psicomotricità
Relazionale di Gruppo**
ore 18 - **Yin Yoga**
ore 18.30 - **Meditazione**
ore 20 - **Yoga Dinamico**

VENERDI'

ore 8.30 - **Pilates**
ore 9.30 - **Clinical Pilates**
ore 16.15 - **Yoga Bimbi**
ore 17.30 - **Clinical Pilates**
ore 18.30 - **Pilates**
ore 19.30 - **Amache Adulti**

SABATO

ore 14.30 - **Cucina Bimbi**
(appuntamento mensile)

Per info invia un WhatsApp



345 1140740 - 393 9788579