

CENTRO YOGA LE VIE DEL DHARMA | CORSI SETTIMANALI 2019/20

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato	
Sala Alba	Sala Tramonto	Sala Alba	Sala Tramonto	Sala Alba	Sala Tramonto	Sala Alba	Sala Tramonto	Sala Alba	Sala Tramonto	Sala Alba	Sala Tramonto
										9:00 - 10:00	
										Antigravity	
			9:00 - 10:30	9:00 - 10:00							
			Yoga Anukalana	Pilates							
	10:00 - 11:15		11:00 - 12:15	10:30 - 11:30		10:00 - 11:15				10:00 - 11:00	
	Feldenkrais		Yin Yoga	Postural Fusion*		Feldenkrais				Pilates	
			12:50 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:00	13:00 - 14:15		13:00 - 14:00			
			Yoga Dinamico	Antigravity	Qi Gong	Feldenkrais		Qi Gong			
										15:00 - 16:00	
										Kung Fu bambini*	
17:00 - 18:00				17:00 - 18:00	16:15 - 18:15						17:00 - 18:30
Aikido bambini*				Antigravity Junior	Danza Contemporanea						Kung Fu
18:20 - 19:50	18:30 - 19:45	18:30 - 20:00	19:00 - 20:15	18:50 - 20:20	18:30 - 19:45	18:00 - 19:00	18:30 - 19:45	19:00 - 20:00	19:00 - 20:15		
Hatha Yoga	Feldenkrais	Kundalini Yoga	Vinyasa Yoga (Elisa)	Hatha Yoga	Feldenkrais	Aikido bambini	Vinyasa Yoga (Max)	Tai Chi	Vinyasa Yoga (Elisa)		
20:00 - 21:15	20:00 - 21:00	20:30 - 21:30	20:20 - 21:20	20:30 - 22:00	20:00 - 21:30	19:30 - 21:00	20:00 - 21:15	20:30 - 22:00			
Vinyasa Yoga (Max)	Tai Chi	YoVolo	Danza del Ventre	Aikido	Kung Fu	Kundalini Yoga	Vinyasa Yoga (Max)	Aikido			
		20:30 - 22:00	21:20 - 22:50	da gennaio							
		Meditazione Nadabrahma	Danza del Ventre (avanzato)	Acroyoga							
										* da confermare: chiama il Centro per informazioni	

