

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato		Domenica	
Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti	Sala Yoga	Sala gatti
								7:00 - 8:00 Moringing Yoga Angi					
	10:00-11:00 Yoga Gentile Angi					10:00-11:00 Yoga Gentile Angi					10:30 - 11:45 Hatha Flow Rotazione		11:00 - 12:00 Yoga Dinamico Angi
		13:00 - 14:00 Pole dance Bri				13:00 - 13:45 Pilates Angi	13:00 - 14:00 Pole dance Bri			13:00 - 13:45 Pilates Angi			
	18:30 - 19:30 Natural Yoga Flow Ali	18:45 - 20:15 Hatha Raja Vinyasa Vale R	18:00 - 18:45 Restorative Angi	18:15 - 19:15 Hatha Yoga Ali		18:30 - 20:00 Hatha Raja Vinyasa Vale R	18:30 - 19:30 Yoga Mudra Flow Ale	18:30 - 19:30 Yoga Dinamico Vale M					
19:30 - 21:00 Rocket Vale M	20:00 - 21:00 Yoga Dinamico Angi		19:00 - 19:45 Pilates Angi	19:30 - 20:45 Ashtanga base Barbara	19:00 - 20:15 Dharma Inspired Vale M								

- Soft
- Soft/Dinamico
- Dinamico
- Dinamico intenso
- Pilates
- Pole Dance

Lezioni di YIN YOGA e Qi Gong a domeniche alterne alle ore 18.
 Consulta il calendario nell'area riservata per sapere quando è prevista la pratica.