

ORARI LEZIONI PUNTO YOGA ANANDA 2021 - 2022

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
9.00 - 10.30 HATHA YOGA PRINCIPIANTI Maurizio	9.00 - 10.30 HATHA YOGA Lara	9.45 - 11.15 ASHTANGA YOGA Attilio	9.30 - 11.00 HATHA YOGA Lara		10.00 - 11.30 SHORINJI-RYU karate antico Gabriele	10.00 - 11.30 HATA YOGA Agata su prenotazione
	12.30 - 13.30 HATHA YOGA Maurizio		12.30 - 13.30 HATHA YOGA Maurizio			
	17.30 - 19.00 HATHA YOGA Lara	18.00 - 19.30 HATHA YOGA Lara	17.30- 19.00 HATHA YOGA Lara			17.30 - 19.00 YOGA NIDRA Maurizio su prenotazione
20.15 - 21.45 ASHTANGA YOGA Attilio	19.45 - 21.15 ENERGETICA MEDITAZIONE Renata	20.15 - 21.45 ASHTANGA YOGA Attilio	20.00 - 21.30 HATHA YOGA Lara	20.00 -21.15 QI GONG Gabriele		