



Le Filosofie del Corpo
SCUOLA DI YOGA

Le Filosofie del Corpo PROGRAMMA SETTIMANALE

Lun	Mar	Mer	Gio	Ven	Sab
	7:00-8:00 SUNRISE				
10:00 - 11:30 RAJA	10:00 11:00 PILATES		9:30 11:00 YOGA PRINCIPIANTI		9:30 10:45 HATHA
	13:00 14:30 ASHTANGA		14:45 15:45 ONLY MUM		
18:00 19:00 YOGA IN GRAVIDANZA	17:00 18:00 GIOCAYOGA IN INGLESE	17:00 18:00 GIOCAYOGA	18:00 19:00 NIDRA	17:00 18:00 GIOCAYOGA	
19:00 20:30 HATHA	19:00 20:30 RAJA	19:00 20:30 RAJA		19:00 - 20:00 PILATES	
20:30 22:00 HATHA	20:30 21:30 VINYASA	20:30 22:00 HATHA	20:00 21:15 ASHTANGA	18:30 20:00 YOGA E MEDITAZIONE	

 Sabato e Domenica la scuola è aperta per lezioni individuali, workshop ed eventi