

ORARIO CORSI DA SETTEMBRE

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH	09:00 - 10:00 FELDENKRAIS	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	09:00 - 10:00 FENDENKRAIS	9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH
10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH	10:15 - 11:15 POSTURALE	10:30 - 11:30 PILATNESS	10:15 - 11:15 POSTURE DELLA SALUTE (QI GONG)	10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH
LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	11:30 - 12:30 POSTURALE	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	11:30 - 12:30 POSTURALE	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE
13:30 - 14:30 POSTURALE	13:30 - 14:30 PILATES	13:30 - 14:30 TAI CHI	13:30 - 14:30 YOGA	13:30 - 14:30 POSTURALE
18:00 - 19:00 TAI CHI	18:00 - 19:00 PILATNESS	18:00 - 19:00 POSTURALE	18:00 - 19:00 HARMONY STRETCH	15:00 - 16:00 WING CHUN
19:00 - 20:00 HARMONY STRETCH	19:00 - 20:00 PILATNESS	19:00 - 20:00 HATHA YOGA	19:00 - 20:00 HARMONY STRETCH	19:00 - 20:00 HATHA YOGA
POI ART ACADEMY	20:10 - 21:10 TAI CHI	POI ART ACADEMY	SEMINARI E MEDITAZIONI	SEMINARI E MEDITAZIONI

TAI CHI - QI GONG
WING CHUN - POSTURALE

Marco Maci 328 1512391
marcomaci77@yahoo.it

GINNASTICA POSTURALE
PILATES - YOGA POSTURALE

Vanessa Tiburzi 346 3114952
aletheia.benessere@gmail.com

HATHA YOGA

Sabrina Basile 338 2075394

HARMONY STRETCH
PILATNESS

Ursula Wolska 338 8475751
uwolska@yahoo.it

FELDENKRAIS

Valentina Mannelli 340 5334840
valentina.mannelli75@gmail.com