



ETEREA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH	10:15 - 11:15 POSTURALE	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	10:15 - 11:15 QI GONG	9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH
10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH	11:30 - 12:30 POSTURALE	10:30 - 11:30 PILATNESS	11:30 - 12:30 POSTURALE	10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH
13:30 - 14:30 POSTURALE	13:30 - 14:30 PILATES	13:00 - 14:00 TAI CHI	13:30 - 14:30 YOGA	13:30 - 14:30 POSTURALE
LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	17:00 - 18:00 DANZA CREATIVA per bambini/e 4/6 anni	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE	15:00 - 16:00 WING CHUN	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE
18:00 - 19:00 ODAKA YOGA	18:00 - 19:00 PILATNESS	18:00 - 19:00 ODAKA YOGA	18:00 - 19:00 HARMONY STRETCH	LEZIONI INDIVIDUALI SU PRENOTAZIONE
19:00 - 20:00 SENSUAL 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	20:00 - 21:15 TAI CHI	POI ART ACADEMY	SEMINARI E MEDITAZIONI	SEMINARI E MEDITAZIONI

TAI CHI QI GONG
WING CHUN

Marco Maci 328 1512391
marcomaci77@yahoo.it

GINNASTICA POSTURALE
PILATES - YOGA POSTURALE

Vanessa Tiburzi 346 311 4952
aletheia.benessere@gmail.com

HATHA YIN
VINYASA YOGA

Sabrina Basile 338 2075394

HARMONY STRETCH
PILATNESS - SENSUALE STRETCH

Ursula Wolska 3388474751

ODAKA YOGA

Sara Graziani 320 0404138

DANZA CREATIVA
PER BAMBINI/E

Elisa Bardazzi 338 3020232
tessereincontri@yahoo.com