

ORARIO CORSI CENTRO STUDI BENESSERE

ANNO: 2022/2023

LUNEDÌ

6.45-8.00
Yoga dinamico
(Annarita)
solo online

18.00-19.00
Posturale per la schiena
(Michela)
online+aula

19.00-20.15
Hatha Yoga
(Annarita)
online+aula

MARTEDÌ

18.10-19.10
Pilates intermedio
(Michela)
online+aula

19.00-20.15
Samanya Vinyasa Yoga
II serie
(Annarita)
online+aula

19.20-20.20
Pilates principianti
(Michela)
online+aula

MERCOLEDÌ

6.45-8.00
Yoga dinamico
(Annarita)
solo online

16.15-17.15
Posturale per la schiena
(Michela)
online+aula

19.00-20.15
Samanya Vinyasa Yoga
I serie
(Annarita)
online+aula

GIOVEDÌ

18.10-19.10
Pilates intermedio
(Michela)
online+aula

19.00-20.15
Hatha Yoga
(Annarita)
online+aula

19.20-20.15
Pilates principianti
(Michela)
online+aula

VENERDÌ

16.15-17.15
Posturale per la schiena
(Michela)
online+aula