

DALL'1 AL 17 LUGLIO 2022

Per la pratica si consiglia abbigliamento comodo e neutro, calzini o ciabatte per muoversi all'interno del centro

ORARIO	10.30-11.30	11.30-12.30	12.50-13.50	17.00	18.10-19.10	19.20-20.20	20.30-21.30
LUNEDI	HATHA YOGA		POTENZIAMENTO MUSCOLARE	SOFT	HATHA YOGA	VINIYOGA	HATHA YOGA
MARTEDI	VINIYOGA		HATHA YOGA		VINIYOGA	HATHA YOGA	
MERCOLEDI	10.00-11.00 HATHA YOGA				POTENZIAMENTO MUSCOLARE	POTENZIAMENTO MUSCOLARE VINYASA	
GIOVEDI	HATHA YOGA				HATHA YOGA	HATHA YOGA	SOFT ----- MEDITAZIONE
VENERDI	HATHA YOGA		POTENZIAMENTO MUSCOLARE	SOFT	YOGA DINAMICO	HATHA YOGA	
SABATO	10.00-11.00 HATHA YOGA	11.15-12.15 YOGA GESTANTI					
DOMENICA	VINIYOGA						

SI RACCOMANDANO LA MASSIMA PULIZIA PERSONALE E LA PUNTUALITÀ. SPEGNERE I CELLULARI PRIMA DI ENTRARE IN CLASSE.

- o Gli orari, la programmazione dei corsi e quella degli insegnanti possono subire variazioni in qualsiasi momento dell'anno per esigenze organizzative interne allascuola
- o Possibilità di lezioni individuali private. - Per prenotare le vostre lezioni di prova contattate il **347 8100542**
- o **Un week-end al mese la scuola è chiusa per il corso di formazione insegnanti di yoga:** in quelle date si terranno comunque le lezioni per gestanti, tutte le altre classi sono invece sospese. Per chi avesse l'abbonamento monosettimanale è possibile recuperare in qualsiasi momento durante la settimana
- o **La scuola offre un servizio di trattamenti integrati per il benessere della persona avvalendosi di operatori specializzati, vedi sito www.rhamni.it**

ORARIO valido dal 18 al 31 luglio 2022

Per la pratica si consiglia abbigliamento comodo e neutro, calzini o ciabatte per muoversi all'interno del centro

ORARIO	10.30-11.30	12.50-13.50	18.10-19.10	19.20-20.20	20.30-21.30
LUNEDI	HATHA YOGA	POTENZIAMENTO	HATHA YOGA	VINI YOGA	HATHA YOGA
MARTEDI	VINIYOGA		VINIYOGA	HATHA YOGA	
MERCOLEDI	10.00-11.00 HATHA YOGA		POTENZIAMENTO	POTENZIAMENTO VINYASA	
GIOVEDI		VINIYOGA	HATHA YOGA	HATHA YOGA	VINIYOGA
VENERDI	HATHA YOGA			HATHA YOGA	
SABATO	9.00-10.00 HATHA YOGA	YOGA GESTANTI			
DOMENICA	VINIYOGA				

SI RACCOMANDANO LA MASSIMA PULIZIA PERSONALE E LA PUNTUALITÀ. SPEGNERE I CELLULARI PRIMA DI ENTRARE IN CLASSE.

- Gli orari, la programmazione dei corsi e quella degli insegnanti possono subire variazioni in qualsiasi momento dell'anno per esigenze organizzative interne alla scuola
- Possibilità di lezioni individuali private. - Per prenotare le vostre lezioni di prova contattate il **347 8100542**
- **Un week-end al mese la scuola è chiusa per il corso di formazione insegnanti di yoga:** in quelle date si terranno comunque le lezioni per gestanti, tutte le altre classi sono invece sospese. Per chi avesse l'abbonamento monosettimanale è possibile recuperare in qualsiasi momento durante la settimana
- **La scuola offre un servizio di trattamenti integrati per il benessere della persona avvalendosi di operatori specializzati, vedi sito www.rhamni.it**