

**DALL'1 AL 16 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	18.10-19.10	19.20-20.20	20.30-21.30
LUNEDI	VINYASA		HATHA YOGA	HATHA YOGA	VINIYOGA	HATHA YOGA
MARTEDI	VINIYOGA			VINIYOGA	HATHA YOGA	MEDITAZIONE
MERCOLEDI	10.00-11.00 HATHA YOGA			POTENZIAMENTO MUSCOLARE	VINYASA	
GIOVEDI	VINIYOGA		VINYOGA	HATHA YOGA	HATHA YOGA	VINYOGA
VENERDI	HATHA YOGA			VINYOGA	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 alla scuola
- 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](http://www.rhamni.it)

**ORARIO valido dal 17 al 31 luglio 2022**

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

<b>ORARIO</b>	<b>10.30-11.30</b>	<b>12.50-13.50</b>	<b>18.10-19.10</b>	<b>19.20-20.20</b>	<b>20.30-21.30</b>
<b>LUNEDI</b>	HATHA YOGA		HATHA YOGA	VINI YOGA	HATHA YOGA
<b>MARTEDI</b>	VINIYOGA		VINIYOGA	HATHA YOGA	
<b>MERCOLEDI</b>	10.00-11.00 HATHA YOGA		POTENZIAMENTO	VINYASA	
<b>GIOVEDI</b>			HATHA YOGA	HATHA YOGA	VINIYOGA
<b>VENERDI</b>	POTENZIAMENTO MUSCOLARE			HATHA YOGA	
<b>SABATO</b>	10.00 -11.00 HATHA YOGA				
<b>DOMENICA</b>					

**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 alla scuola
- 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](http://www.rhamni.it)**