

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

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

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

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**