

Febbraio > Maggio 2019

Sala A

Orari validi: dal 04/02 al 31/05

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	
08:00						08:00
09:00		YIN (Lisa) 8:30 - 10:00		HATHA (Cristina) 8:30 - 10:00		09:00
10:00						10:00
11:00		HATHA (Nathan) 10:30 - 12:00		HATHA (Cristina) 10:30 - 12:00		11:00
12:00						12:00
13:00	ASHTANGA (Lisa) 13:15 - 14:45	HATHA (Nathan) 13:15 - 14:45	ASHTANGA Base (Lisa) 13:15 - 14:45	HATHA (Lisa) 13:15 - 14:45	ASHTANGA (Lisa) 13:15 - 14:45	13:00
14:00						14:00
15:00					YOGA NIDRA (Cristina) 15:00 - 16:00	15:00
16:00		HATHA (Cristina) 15:20 - 16:50		HATHA (Monica) 15:20 - 16:50	PRANAYAMA (Nathan) 16:00 - 17:30	16:00
17:00	HATHA (Monica) 17 - 18:30	YIN (Lisa) 17:00 - 18:30	HATHA (Cristina) 17:00 - 18:30	HATHA (Monica) 17:00 - 18:30	POSTURALE (Nathan) 17:30 - 19:00	17:00
18:00	HATHA (Monica) 18:40 - 20:10	HATHA (Lisa) 18:40 - 20:10	HATHA (Cristina) 18:40 - 20:10	HATHA (Cristina) 18:40 - 20:10	ASHTANGA (Nathan) 19:30 - 21:00	18:00
19:00	ASHTANGA (Lisa) 20:20 - 21:50	VINYASA FLOW (Lisa) 20:20 - 21:50	ASHTANGA (Lisa) 20:20 - 21:50	HATHA (Cristina) 20:20 - 21:50		19:00
20:00						20:00
21:00						21:00
22:00						22:00

