



Calendario corsi e orari 2018-19 Sat Nam Yoga Centre

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
Kundalini Yoga 6:30 – 8:00	Kundalini Yoga 6:30 – 8:00		Kundalini Yoga 6:30 – 8:00	Kundalini Yoga 6:30 – 8:00		Sadhana Acquariana 5:30 – 8:00
	Ginnastica Dolce 9:00 – 10:00			Ginnastica Dolce 9:00 - 10:00		
	Ginnastica Dolce 10:00 – 11:00	Hatha Yoga** 10:00 – 11.15	Yoga in gravidanza 9:30 -11:00	Ginnastica Dolce 10:00 - 11:00	Hatha Yoga 10:00 – 11:15	Yoga class tematica 10:00 – 12:30
Hatha Yoga** 13:00 – 14:00	Kundalini Yoga 11:00 – 12:30	Hatha Yoga** 13:00 – 14:00	Kundalini Yoga 11:00 – 12:30			
Hatha Yoga** 17:00 – 18:00		Yoga Bimbi 17:00 – 18:00			Kundalini Yoga 17:00 - 18:30	
Kundalini Yoga 19:00 – 20:30	Pilates 18:00 – 19:00			Kundalini Yoga 18:00 - 19:30		
Hatha Yoga 19:00 – 20:00	Kundalini Yoga 18:30 – 20:00	Difesa Personale** 19:00 -20:00	Kundalini Yoga 19:00 – 20:30	Hatha Yoga 19:30 – 20:30		
	Yin Yoga 20:00 – 21:00	Kundalini Yoga 20:00 – 21:00	Vinyasa Yoga 20:00 – 21:30		Corsi di Formazione per conseguire la	qualifica di Insegnanti di Kundalini Yoga

** se sei interessato a questo corso, comunicalo in segreteria, appena raggiunto il numero minimo il corso sarà confermato