

PROGRAMMA CORSI 2019-2020

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MATTINA	7.15-8.15 Risveglio yogico Francesco	10.30-12.00 Yoga di base Francesco			
PAUSA PRANZO	13.15-14.15 Core Integration® Eleonora	13.15-14.15 Yoga intermedio* Francesco		13.00-14.15 Yoga in gravidanza Elisa	13.15-14.15 Yoga intermedio* Francesco
POMERIGGIO	18.00-19.10 Yoga intermedio Elisa		17.45-19.00 Yoga posturale Francesco		18.10-19.20 Yoga intermedio Francesco
SERA	19.20-21.05 Yoga avanzato Francesco	18.30-20.00 Yoga di base Francesco 20.15-22.00 Longevity® Alessandro	19.15-20.45 Yoga dinamico Francesco	18.30-20.00 Yoga di base Elisa 20.15-21.30 Yoga intermedio Elisa	19.30-21.00 Yoga intensivo e dinamico Francesco

Francesco, Elisa, Eleonora, Alessandro

Lezioni individuali su richiesta

A.S.D. VĀYU: Via Jolanda Baldassari, 6 - Forlì - Tel. 380 7937819

www.yogavayu.it - vayuento@gmail.com