

MEA STUDIO

SCHEDULE

EQUILIBRIO DEL CORPO

LUNEDÌ

12.45—13.30	Power Balance
18.45—20	Ashtanga Vinyasa Yoga
20.00—20.45	Meditazione

MARTEDÌ

7.00—7.45	Power Balance
9.30—11	Iyengar® Yoga
12.45—13.30	Ashtanga Vinyasa Yoga

MERCOLEDÌ

10.00—11.30	Percepirsi: incontri di percezione corporea
18.00—19.30	Acroyoga
19.30—20.30	Power Balance

GIOVEDÌ

9.30—11	Iyengar® Yoga
12.45—13.30	Power Balance
18.00—19	Feldenkrais®
19.00—20	Ashtanga Vinyasa Yoga

VENERDÌ

7.00—7.45	Power Balance
9.00—10.30	Abitare il corpo: incontri di Body mind Centering® - Movimento somatico
10.30—11.30	Bones for life® – Ossa per la vita ®
12.45—13.45	Ashtanga Vinyasa Yoga

SABATO

10.00—11	Meditazione
----------	-------------

* GLI ORARI SONO PROVVISORI POTREBBERO SUBIRE DELLE VARIAZIONI