

MEA STUDIO

SCHEDULE

LEZIONI DI PROVA EQUILIBRIO DEL CORPO

LUNEDÌ

SALA 1 12.45—13.30 Power Balance
 20.30—21.45 Gentle Flow Yoga In Inglese

SALA 2 18.45—20.00 Ashtanga Vinyasa Yoga
 20.00—20.45 Meditazione

MARTEDÌ 20.30—22.00 Hatha Yoga

MERCOLEDÌ

SALA 1 18.00—19.30 Acroyoga
 19.30—20.30 Power Balance

SALA 2 18.00—19.00 Feldenkrais®

GIOVEDÌ

SALA 1 12.45—13.30 Power Balance

SALA 2 19.15—20.30 Ashtanga Vinyasa Yoga

VENERDÌ

SALA 1 10.30—11.30 Bones for life® – Ossa per la vita®
 Dalle 14 alle 19 Focus Sport (su appuntamento)

SABATO 10.00—11.00 Meditazione