

# OPENDAY

## SABATO 10

MATTINA

10-11  
PRANAYAMA  
  
JONES

11-12:15  
Hatha Yoga  
  
/

POMERIGGIO

16:30-18  
YOGA+SHATSU  
GRAVIDANZA  
E POSTPARTO  
VIRGINIA  
ANNARITA

18-19  
SHIATSU  
PRESENTAZIONE  
FORMAZIONE  
TRIENNALE  
ANNARITA

17-18  
POSTURALE  
  
BARBARA

18-19  
Hatha Yoga  
OVER 60  
JONES

19-20  
TAI JI QUAN  
  
NICOLA

19-20  
PERSONE  
ALTAMENTE  
SENSIBILI  
ELENA

## DOMENICA 11

MATTINA

10-11  
PRANAYAMA  
  
JONES

11-12:15  
Hatha Yoga  
  
/

POMERIGGIO

17-18  
Hatha Yoga  
  
/

18-19  
Samanya  
Vinyasa  
Yoga  
JONES

18:30-19:30  
Hatha Yoga  
  
TIZIANA

19-20  
YOGA  
DEL SUONO  
E MEDITAZIONE  
ROBERTA

# Vi aspettiamo!