

Orari Settimanali al Prana Yoga

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
07.00	Yoga Saluto al Sole		Yoga Saluto al Sole		(alcuni ven) Yoga Saluto al Sole
10.00			(10.15) Danza del Ventre		
11.00	Baby Yoga		(11.30) Gut Yoga		
13.00			Yoga Ormonale		Anusara Yoga
14.00	(14.15) Anusara Yoga			(14.00) Anukalana Yoga	(14.45) Baby Yoga
17.15		(17.00) Anukalana Yoga	Danza del Ventre	(17.15) Yoga Schiena e/o Yoga Gravidanza	(17.30) Arabic-Fit
18.30		Hatha Yoga	Danza del Ventre	Hatha Yoga	Danza del Ventre
20.00	(19.30) Danza del Ventre	Meditazione sui Cuori Gemelli	(19.45) Anukalana Yoga	Tai Chi e Qi Gong	Incontri Tematici*
21.00	Serata Coaching		Incontri Tematici*	Travel Coaching	Incontri Tematici*

* Incontri tematici a rotazione di: Pranic Healing, Biodanza, Naturopatia, Danzaterapia, Benedizione dell'acqua, Calendario Maya.