

Orari Settimanali al Prana Yoga

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10.30	Ginnastica Vertebrale		Ginnastica Vertebrale		
13.00	Pilates		Pilates		Hatha Yoga
16.30					
17.15			Yoga in Gravidanza		Yoga Bimbi
18.15		Anusara Yoga	18.00 Yoga Ormonale	Anusara Yoga	
19.00			Meditazione		

*Incontri tematici a rotazione: Avatar, Access Consciousness BARS, Counseling, Costellazioni Familiari, Pranic Healing, Kirtan, Yogaterapia.