

Orari Settimanali al Prana Yoga

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10.00	Vinyasa Yoga		Ginnastica Posturale	Yoga in Gravidanza (ore 11.00)	Ginnastica Posturale
13.00	Vinyasa Yoga (13.15)	Yoga Himalayano		Yoga Himalayano	Yin Yang Yoga
15.30		Yoga Post Parto			
17.00	Pilates		Pilates		*Meditazione di Luna Piena (17-19)
18.00	Vinyasa Yoga	Yoga Ormonale (mercoledì)	Vinyasa Yoga	Vinyasa Yoga (mercoledì)	(giorno a rotazione)
19.15			Vinyasa Yoga		

*Incontri tematici a rotazione: Pranic Healing, Avatar, Costellazioni Familiari, Incontri di Counselling, Sportello d'Ascolto e Meditazioni di Luna Piena.