

ORARI DELLE LEZIONI ONLINE 2020/2021

Per accedere alle lezioni online è necessario contattare info@yogasangha.it

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì
9.00 10.30		RAJA YOGA		RAJA YOGA
13.15 14.45				HATHA YOGA
18.00 19.30		TAI CHI e QIGONG	RAJA YOGA	
19.00 20.30		ASHTANGA VINYASA YOGA		ASHTANGA VINYASA YOGA
20.00 21.30	RAJA YOGA			
20.00 21.00	TRAINING AUTOGENO			
20.30 22.00		MEDITAZIONE		

Insegnanti:

 Barbara Dolza	 Marco Cannizzo	 Valentina Mitola
 Marco Atzeni	 Diego Beni	 Fulvio Fiori

Incontri di MEDITAZIONE Secondo gli insegnamenti del Maestro Zen Thich Nhat Hanh

Tutti i martedì dalle 20.30 alle 22

Lezione di prova gratuita
Iscrizione ai corsi aperta tutto l'anno