

PLANNING DELLE LEZIONI

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	07:30 (60') HATHA Leila		07:30 (60') VINYASA Leila		
	10:00 (60') VINYASA Leila		09:30 (60') HATHA Gabriele		11:00 (60') ROTAZIONE
13:00 (60') VINYASA Stella		13:00 (60') YIN Michela		13:00 (60') HATHA Leila	
18:40 (60') VINYASA Mary Lou	18:40 (60') YIN Valentina	19:00 (60') HATHA Nadia	19:00 (60') VINYASA Giulia	19:00 (75') ASHTANGA • Giorgia	
19:50 (60') HATHA Gabriele	19:50 (60') ASHTANGA Valentina				

- Lezione che richiede un maggiore impegno fisico, consigliata per chi già pratica.

