

PLANNING DELLE LEZIONI 2026

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
07:15 - 09:00 mysore • Giorgia			07:15 - 09:00 mysore • Giorgia			
09:30 (60') VINYASA Leila			09:30 (60') HATHA Gabriele		10:00 (75') ASHTANGA Giorgia	11:00 (60') ROTAZIONE (dal 1° febbraio)
	13:00 (60') VINYASA Stella			13:00 (60') HATHA Leila		
18:40 (60') VINYASA Mary Lou	18:40 (60') YIN Valentina	18:40 (60') HATHA Leila	19:00 (60') VINYASA Giulia			
19:50 (60') HATHA Gaetano	19:50 (75') ASHTANGA Valentina	19:50 (60') ROCKET • Nadia				

• Lezione consigliata per chi già pratica.

