



# I Corsi di Settembre

2024

LUNEDÌ

<b>Pilates</b> 15:30 - 16:30 con Simona
<b>Tai Chi</b> 18:30 - 19:45 con Franco
<b>Yoga</b> 20:45 - 22:00 con Sabina

MARTEDÌ

<b>Ginnastica Posturale</b> 9:15 - 10:05 con Ilaria
<b>Pilates</b> 18:00 - 19:00 19:45 - 20:45 con Simona
<b>Yoga</b> 18:30 - 19:45 con Donatella
<b>Yoga</b> 20:00 - 21:30 con Raffaella

MERCOLEDÌ

<b>Yoga</b> 9:30 - 10:30 con Stefania
<b>Yoga</b> 19:00 - 20:00 con Stefania
<b>Yoga</b> 20:15 - 21:15 con Stefania
<b>Biodanza</b> 20:45 - 22:45 con Silvia

GIOVEDÌ

<b>Ginnastica Posturale</b> 10:00 - 10:50 con Ilaria
<b>Yoga</b> 18:00 - 19:30 con Raffaella
<b>Pilates</b> 19:45 - 20:45
<b>Yoga</b> 20:00 - 21:15 con Sabina

VENERDÌ

<b>Kaoshiki *</b> 19:00 - 20:15 con Francesca
---

WEEKEND

E  
v  
e  
n  
t  
i

\*due volte al mese



351 966 4239



Via G. Carducci, 8 - Varedo (MB)



www.laviadelsole.org

