



I Corsi di MARZO

2025

LUNEDÌ

Yoga
12:45 - 13:30 con Stefania
Pilates
15:30 - 16:30 con Simona
Tai Chi
18:30 - 19:45 con Franco
Yoga
19:15 - 20:30 con Sabina
Pilates
20:00 - 21:00 con Lorenzo
Yoga
20:45 - 22:00 con Sabina

MARTEDÌ

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

MERCOLEDÌ

Yoga
9:30 - 10:30 con Stefania
Pilates
15:45 - 16:45 con Simona
Yoga
19:00 - 20:00 con Stefania
Yoga
20:15 - 21:15 con Stefania
Biodanza
21:00 - 23:00 con Silvia

GIOVEDÌ

Ginnastica Posturale
10:00 - 10:50 con Ilaria
Ginnastica Posturale
16:00 - 16:50 con Ilaria
Yoga
18:00 - 19:30 con Raffaella
Pilates
20:00 - 21:00 con Lorenzo
Yoga
20:00 - 21:15 con Sabina

VENERDÌ

Yoga
18:30 - 19:30
Costellazioni familiari *
20:00 - 23:00 con Lorenzo

WEEKEND

E v e n t i

Conferenze e
Laboratori *

Yoga della
risata *

Bagno di
suoni *

Costellazioni
familiari *

Om Chanting *



351 966 4239



Via G. Carducci, 8 - Varedo (MB)



www.laviadelsole.org

* uno al mese