

YOGA E PILATES

AL CENTRO SPORTIVO L'ARCO



EVOLUTION YOGA con Céline 10.00 - 11.30

HATHA YOGA riequilibrante con Sita 10.00 - 11.15

SPECIAL DI PILATES 10.00 - 11.30

CALENDARIO 2018 - Sabato ore 10.00

OTTOBRE

06/10 Hatha Yoga **lezione di prova gratuita**

13/10 Evolution Yoga

20/10 Evolution Yoga

27/10 Evolution Yoga

NOVEMBRE

03/11 **Special Pilates** con Alessandra

10/11 **108 Saluti al Sole** con Céline Ore 10.00-12.00

17/11 Hatha Yoga

24/11 Hatha Yoga

DICEMBRE

01/12 Evolution Yoga

15/12 Evolution Yoga

Prenota il tappetino!