

CORSI PLANNING

| | LUNEDÌ <i>Monday</i> | MARTEDÌ <i>Tuesday</i> | MERCOLEDÌ <i>Wednesday</i> | GIOVEDÌ <i>Thursday</i> | VENERDÌ <i>Friday</i> | SABATO <i>Saturday</i> | DOMENICA <i>Sunday</i> |
|--------------|------------------------------|------------------------------|--------------------------------|------------------------------|------------------------------|----------------------------|---------------------------|
| 9.30 – 11.00 | Corso annuale Yoga | CICLI SPECIALI | Sandhya Yoga (riservato) | CICLI SPECIALI | Corso annuale Yoga | Sanskrito | CORSI UNA V. MESE |
| 13.00-14.00 | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | CORSI 1 V. MESE | CORSI 1 V. MESE |
| 16.30-17.30 | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | Yoga Personal training | CORSI 1 V. MESE | CORSI 1 V. MESE |
| 18.00-19.30 | Corso annuale Yoga | CICLI SPECIALI | Corso annuale Yoga | CICLI SPECIALI | CICLI SPECIALI | CORSI 1 V. MESE | CORSI 1 V. MESE |
| 19.00- 20.30 | CICLI SPECIALI | Corso annuale Yoga | CICLI SPECIALI | Corso annuale Yoga | CICLI SPECIALI | Meditazione Mantra Yoga | |
| 20.30- 22.30 | Sanskrito | Pranayama | Bollywood Dance | Bhagavad gita | DHYANA meditazione | EVENTI | |

CORSI 1 V. MESE - Corsi di approfondimento

CORSO INTERNAZIONALE FORMAZIONE INSEGNANTI - VARUTHA KRIYA – INDOLOGIA –STAGE PERIODICI (Ioma-viloma, pavana mukhtasana, suryanamaskara ecc.)– FORMAZIONE AYURVEDA – KALARIPAYATTU - ECC.