


## ORARIO CORSI dal 5 OTTOBRE 2020

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
6:15-7:15 CORSA & YOGA (Cinzia)					9:00 – 10:15 HATHA YOGA (Nadia)	9:00 – 10:15 YOGA DEL RISVEGLIO (Simona)
	11:00 – 12:30 YOGA DOLCE (Nadia)		11:00 – 12:30 YOGA DOLCE (Simona)	10:00-11:15 YOGA POSTURALE (Cinzia)		10:30 – 11:45 HATHA YOGA (Simona)
				13:00 – 14:15 HATHA YOGA (Nadia)	<p><b><u>Per accedere alle lezioni sono necessari:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Iscrizione al corso;</li> <li>• il tesseramento all'Associazione Culturale Shanti Path costo annuale 20,00 € (anno solare);</li> <li>• il certificato medico per attività sportiva non agonistica;</li> </ul> <p><b><u>• PRENOTAZIONE LEZIONI OBBLIGATORIA</u></b></p> <p><b><u>Prima lezione di prova GRATUITA su prenotazione</u></b></p> <p><b><u>Per informazioni in merito ai costi dei corsi, rivolgersi in segreteria o scrivere a <a href="mailto:info@shantipath.it">info@shantipath.it</a></u></b></p> <p>Associazione Shanti Path A.P.S. Via A. volta 29 Gaggiano (MI) <a href="mailto:info@shantipath.it">info@shantipath.it</a> - <a href="http://www.shantipath.it">www.shantipath.it</a> 347.5753884 (Nadia) 329.7223672 (Gianluigi)</p>  <p style="text-align: right;"><i>Shanti Path</i></p>	
				17:00-18:15 POWER YOGA (Cinzia)		
	18:15 – 19:30 HATHA YOGA (Simona)	18:30 – 19:45 YOGA IN GRAVIDANZA (Simona)	18:15 – 19:30 HATHA YOGA (Nadia)			
19:30 – 20:45 HATHA YOGA (Nadia)	19:30 – 20:45 HATHA YOGA (Simona)	19.30 - 21.00 TAI CHI – QI GONG (Maurizio)	19:30 – 20:45 HATHA YOGA (Nadia)	19:00 – 20:15 HATHA YOGA (Simona)		
20:30 – 21:45 VINYASA FLOW YOGA (Cinzia)						
	21:00 – 22:30 CORSO DI MEDITAZIONE (Gianluigi & Nadia)		21:00 – 23:00 SCAMBI REIKI (Gianluigi)			