



ORARIO CORSI 2023/2024

INIZIO LEZIONI 18 SETTEMBRE

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	10,30-12,00 Yoga 2'			
18.30-20.00 Yoga 3'	18.30-20.00 Yoga 3'	18.30-20.00 Yoga 2'	18.30-20.00 Yoga 1'	18.00-19.30 Yoga 1'-2'

*Legenda : **Yoga 1'** : pratica adatta a tutti ed aperta ai principianti.

Yoga 2' : pratica per allievi con almeno un anno di esperienza

Yoga 3' : pratica per allievi con più anni di esperienza e con particolare attenzione alle pratiche di concentrazione e meditazione.

PER INFORMAZIONI :

**TELEFONARE A Grazia + 39 349 1441783 OPPURE
VENIRE IN SEGRETERIA MEZZ'ORA PRIMA DI OGNI LEZIONE**

ASSOCIAZIONE 'IL LOTO BLU' VIA DELLA RESISTENZA 23 – VERBANIA INTRA
SITO www.illotoblu.it e-mail: info@illotoblu.it telefono Grazia Ugazzi: 349-1441783