

ORARI LEZIONI 2025

villa om

LUN MON	9:00 - 10:30	Yogalates	Eleonora	MAR TUE	6:30 - 9:00	Mysore	Lorella
	10:30 - 11:30	Terza Età	Silvia		9:00 - 10:30	Yoga + Io	Heike
	13:30 - 14:30	Yogalates	Eleonora		14:00 - 15:00	Vinyasa	Silvia
	17:00 - 18:00	Yoga & Respiro	Paolo		18:00 - 19:00	Yogalates	Eleonora
	18:15 - 19:15	Kundalini	Pamela		19:00 - 20:30	Yoga Ascolto	Fiorella
	19:15 - 20:15	Meditazione & Rilassamento Sonoro	Pamela				
	20:30 - 22:00	Yoga & Respiro	Paolo				
MER WED	9:00 - 10:00	Yoga & Respiro	Paolo	GIO THU	6:30 - 8:45	Mysore	Lorella
	10:30 - 12:00	Yoga & Respiro	Paolo		9:00 - 10:30	Yoga + Io	Heike
	13:30 - 14:30	Yogalates	Eleonora		11:30 - 12:30	Terza Età	Silvia
	17:30 - 19:30	Mysore	Lorella		14:00 - 15:00	Vinyasa	Silvia
	20:00 - 21:00	Yoga+Io & Meditazione	Heike		18:00 - 19:00	Yogalates	Eleonora
VEN FRI	9:00 - 10:00	Yoga & Respiro	Paolo	19:00 - 20:30	Yoga Equilibrio	Eleonora	
	10:30 - 12:00	Yoga & Respiro	Paolo	20:30 - 22:00	Road to Handstand	Eleonora	
	13:30 - 14:30	Yoga + Io	Heike	SAB SAT	8:00 - 9:30	Ashtanga Guidata	Lorella
	18:30 - 20:00	Yoga Ascolto	Fiorella		10:00 - 11:30	Yoga Equilibrio	Eleonora
			18:00 - 19:30	Ashtanga Guidata	Lorella		
			DOM SUN	9:00 - 10:30	Yoga + Io	Heike	