



# I Corsi di Aprile

2024

LUNEDÌ

<b>Pilates</b> 15:30 - 16:30 con Simona
<b>Tai Chi</b> 18:30 - 19:45 con Franco
<b>Yoga</b> 19:15 - 20:30 con Donatella
<b>Yoga</b> 20:45 - 22:00 con Sabina

MARTEDÌ

<b>Posturale Terza Età</b> 9:00 - 10:50 con Ilaria
<b>Pilates</b> 18:00 - 19:00 19.45 - 20:45 con Simona
<b>Yoga</b> 20:00 - 21:30 con Raffaella

MERCOLEDÌ

<b>Yoga</b> 9:30 - 10:30 con Stefania
<b>Yoga</b> 18:15 - 19:15 con Stefania
<b>Yoga</b> 19:30 - 20:30 con Stefania
<b>Biodanza</b> 20:45 - 22:45 con Silvia

GIOVEDÌ

<b>Posturale Terza Età</b> 9:30 - 10:20 con Ilaria
<b>Yoga</b> 18:00 - 19:30 con Raffaella
<b>Alchimie *</b> 20:45 - 22:45

VENERDÌ

<b>Yoga</b> 18.30 - 19:45 con Sabina
<b>Kaoshiki **</b> 20.00 - 21:15 con Francesca

WEEKEND

E  
v  
e  
n  
t  
i

\* una volta al mese  
\*\*due volte al mese



351 966 4239



Via G. Carducci, 8 - Varedo (MB)



www.laviadelsole.org

