



I Corsi di Novembre 2024

LUNEDÌ

Pilates 15:30 - 16:30 con Simona
Tai Chi 18:30 - 19:45 con Franco
Yoga 19:15 - 20:30 con Sabina
Yoga 20:45 - 22:00 con Sabina

MARTEDÌ

Ginnastica Posturale 9:15 - 10:05 con Ilaria
Pilates 18:30 - 19:30 con Simona
Yoga 18:45 - 20:00 con Donatella
Pilates 19:45 - 20:45 con Simona
Yoga 20:15 - 21:45 con Raffaella

MERCOLEDÌ

Yoga 9:30 - 10:30 con Stefania
Pilates 15:45 - 16:45 con Simona
Yoga 19:00 - 20:00 con Stefania
Yoga 20:15 - 21:15 con Stefania
Biodanza 21:00 - 23:00 con Silvia

GIOVEDÌ

Ginnastica Posturale 10:00 - 10:50 con Ilaria
Yoga 18:00 - 19:30 con Raffaella
Pilates 20:00 - 21:00 con Lorenzo
Yoga 20:00 - 21:15 con Sabina

VENERDÌ

Yoga 18:30 - 19:30

WEEKEND

E
v
e
n
t
i



351 966 4239



Via G. Carducci, 8 - Varedo (MB)



www.laviadelsole.org