



I Corsi di NOVEMBRE 2025

LUNEDÌ

Yoga

9:30 - 10:30
con Stefania

Yoga

13:00 - 13:45
con Stefania

Pilates

15:45 - 16:45
con Simona

Tai Chi

18:30 - 19:45
con Franco

Yoga

19:00 - 20:15
con Sabina

Pilates

20:00 - 21:00
con Lorenzo

Yoga

20:30 - 21:45
con Sabina

MARTEDÌ

Tai Chi

18:30 - 19:30
con Alex

Yoga

18:30 - 19:30
con Clarissa

Yoga

20:15 - 21:45
con Raffaella

MERCOLEDÌ

Yoga

9:30 - 10:30
con Stefania

Pilates

16:00 - 17:00
con Simona

Pilates

18:15 - 19:15
con Simona

Yoga

19:00 - 20:00
con Stefania

Pilates

19:30 - 20:30
con Simona

Yoga

20:15 - 21:15
con Stefania

GIOVEDÌ

Pilates

10:00 - 11:00
con Maura

Yoga

18:00 - 19:30
con Raffaella

Pilates

20:00 - 21:00
con Lorenzo

Yoga

20:00 - 21:15
con Sabina

ENERDÌ

Yoga

18:30 - 19:30

Costellazioni familiari *

20:00 - 23:00
con Lorenzo

WEEKEND

E v e n t i

Conferenze e
Laboratori *

Yoga della
risata *

Bagno di
suoni *

Costellazioni
familiari *

Om Chanting *



351 966 4239



Via G. Carducci, 8 - Varedo (MB)



www.laviadelsole.org

* uno al mese