

## ORARI E SEDI YOGA ANNO 2020 - 2021

Giorno	Orario	Corso	Sede
Lunedì	9.30 -11.00	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Lunedì	12.30 - 14.00	HathaYoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Lunedì	17.00 - 18.30	Hatha Yoga <b>dolce anziani e gestanti</b>	<b>Buttigliera Asti</b> I Soffioni, Via Moriondo 56
Lunedì	19.00 – 20.30	Hatha Yoga <b>multilivello e gestanti</b>	<b>Buttigliera Asti</b> I Soffioni, Via Moriondo 56
Martedì	12.30 - 14.00	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Martedì	19.00 - 20.30	HathaYoga <b>intermedio</b>	<b>Rivoli</b> Amida, Viale Branca 13
Mercoledì	10.15 - 11.45	Hatha yoga <b>multilivello</b>	<b>Torino</b> AnMa, Via Cibrario 14
Mercoledì	19.00 - 20.30	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Torino</b> Sede da definire ( entro il 10 settembre si definisce)
Giovedì	09.30 -11.00	HathaYoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Giovedì	11.30 -13.00	Hatha Yoga e canto <b>in gravidanza</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Giovedì	17.00 - 18.30	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash oppure Amida
Giovedì	19.00 -20.30	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Rivoli</b> Amida, Viale Branca 13
Giovedì	21.00- 22.00	<b>Meditazione Raja Yoga</b>	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6
Venerdì	18.30-20.00	Hatha Yoga <b>multilivello</b>	<b>Lezione ON LINE</b> ( da riconfermare entro 10 settembre)
Venerdì	21.00 -22.30	<b>Yoga nidra</b> (vedi date nella sezione Yoga Nidra)	<b>Rivoli</b> Spazio Kailash, Via Melano 6