

FEDERICA GAZZANO



LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO/DOMENICA
	7.00 - 8.30 Hatha Yoga web + presenza		09.30 -11.00 Hatha Yoga presenza		Corsi formazione. Thai Yoga Massage School Tieniti aggiornata/o
			11.30 -13.00 YogaCanto gestanti web + presenza		
12.30 – 14.00 Hatha Yoga presenza					
16.30 – 18.00 Hatha Yoga presenza	16.30 – 18.00 Hatha Yoga web + presenza		16.30 -18.00 Hatha Yoga web + presenza		
18.30 - 20.00 Hatha Yoga web+ presenza			18.30 – 20.00 Hatha Yoga presenza		
	19.00 - 20.30 Hatha Yoga web + presenza		20.00 -21.30 Mantra Chanting presenza + web Vedi date sul sito o telefona	20.00 -21.30 Yoga Nidra presenza +web Vedi date sul sito o telefona	

Professional Counseling	1. Studio aperto su prenotazione, incontri in presenza 2. Incontri on line	Incontri individuali e di gruppo Che cosa è il counseling? https://www.federicagazzano.it/attivita/counseling/
Lezioni private Yoga/Meditazione	1. Studio aperto su prenotazione, incontri in presenza 2. Lezioni on line	Che cosa è Hatha Yoga? https://www.federicagazzano.it/notizie/il-corpo-e-hatha-yoga-stagione-2020-2021/ Che cosa è Meditazione Raja Yoga? https://www.federicagazzano.it/notizie/meditazione-2020-2021/ Che cosa è Mantra Chanting? https://www.federicagazzano.it/notizie/om-chanting/
Trattamenti Orientali	Studio aperto su prenotazione	Che trattamenti puoi offrirti? Clicca qui: https://www.federicagazzano.it/attivita/trattamenti/

Tutti gli incontri in presenza a partire da febbraio 2021

si svolgono nel totale rispetto delle norme indicate dai DPCM per Covid-19

Lezioni di 90 minuti

Per prenotare le lezioni/incontri telefona a:

Federica Gazzano 349.060.9912

scrivi a: gazzano.federica@gmail.com

Per conoscere Federica Gazzano: www.federicagazzano.it

Costi:

Hatha Yoga euro 45,00 per 4 web/ euro 60,00 per 4 presenza

Yoga nidra euro 10,00 web/ euro 15,00 presenza

Meditazione Raja Yoga euro 45,00 per 4 incontri web + presenza

Mantra Chanting offerta libera