



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		8.30 9.45 Dao Yoga	8.30 9.30 Pilates	
	9.45 10.45 Yoga in Gravidanza		9.45 10.45 Yoga in Gravidanza	
				10.10 11.00 Dolce Senior
	11.00 11.40 Respiro		11.00 12.00 Miofasciale	11.15 12.00 Yoga Nidra
	12.15 13.15 Pilates		12.15 13.30 Hatha Yoga	12.15 13.15 Vinyasa Yoga
		13.30 14.30 Pilates		
		17.30 18.30 Pilates		
18.30 19.30 Vinyasa Yoga	18.30 19.30 Malegno Pilates		18.15 19.15 Breno Vinyasa	18.15 19.30 Dao Yoga
19.45 20.30 Yoga Nidra		19.00 20.00 Miofasciale	19.30 20.30 Breno Pilates	19.40 20.20 Respiro
		20.30 21.45 Hatha Yoga		

I corsi si svolgono presso il Lila Studio a Pian Camuno, in via S. Giulia, 10, eccetto quelli contrassegnati con il nome del paese

Contattami al 347 600 59 48 per sapere quali sono i corsi attivi e quali quelli in via di definizione



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
		8.30 9.45 Dao Yoga	✓ 8.30 9.30 Pilates	
	9.45 10.45 Yoga in Gravidanza		9.45 10.45 Yoga in Gravidanza	
				✓ 10.10 11.00 Dolce Senior
	11.00 11.40 Respiro		11.00 12.00 Miofasciale	11.15 12.00 Yoga Nidra
	12.15 13.15 Pilates		12.15 13.30 Hatha Yoga	12.15 13.15 Vinyasa Yoga
		13.30 14.30 Pilates		
		✓ 17.30 18.30 Pilates		
✓ 18.30 19.30 Vinyasa Yoga	✓ 18.30 19.30 Malegno Pilates		✓ 18.15 19.15 Breno Vinyasa	✓ 18.15 19.30 Dao Yoga
19.45 20.30 Yoga Nidra		19.00 20.00 Miofasciale	✓ 19.30 20.30 Breno Pilates	19.40 20.20 Respiro
		✓ 20.30 21.45 Hatha Yoga		

✓ Corsi attivi, gli altri sono in via di definizione | Gli orari potrebbero subire leggere modifiche

Le lezioni si svolgono al Lila Studio di Pian Camuno, eccetto quelli contrassegnati con il nome del paese