

# CALENDARIO INTEGRATO

YAP INTEGRAL YOGA CENTRE • COMPAGNIA DEI MERLI BIANCHI • YAP SPECIALIZED YOGA

AGOSTO 2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
8:00/8:30 online <b>MEDITAZIONE</b> Ale C. • gratuito				9:00/9:30 online <b>MEDITAZIONE</b> Ale Z. • gratuito	
8:30/10:00 online <b>INTEGRAL YOGA</b> Ale Z. (Merli B.)					
	11:30/12:45 Teramo + online <b>YOGATHERAPY ICTUS</b> Ale C.			10:00/11:30 Teramo + online <b>INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE</b> Ale C.	
			16:30/17:45 Teramo +online <b>TAI QI</b> Antonio		
18:00/19:30 Campli + online <b>INTEGRAL YOGA</b> Loretta/Elena		18:00/19:30 online <b>YOGA GRAVIDANZA</b> Ale C.	18:30/20:00 Parco TE +online <b>INTEGRAL YOGA</b> Ale Z		
18:00/19:30 online <b>INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE</b> Ale C.			18:00/19:30 Teramo + online <b>INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE</b> Ale C.		
19:45/20:15 Campli + online <b>PRATICHE SOTTILI***</b> Loretta • gratuito					
20:30/22:00 Teramo + online <b>INTEGRAL YOGA</b> Ale Z.		20:30/22:00 online <b>INTEGRAL YOGA</b> Ale Z.			

**LEGENDA:**

GRATUITO

YAP Teramo

YAP Campli

TAI CHI Teramo/Campoli

Compagnia dei Merli Bianchi

YAP Specialized Yoga

**TUTTE le pratiche vengono trasmesse ANCHE ONLINE.**

\*\*\* PRATICHE SOTTILI: Rilassamento guidato, tecniche respiratorie e/o meditazione