

in collaborazione con COMPAGNIA DEI MERLI BIANCHI • YAP SPECIALIZED YOGA • ALBERO DELLA VITA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	7.00/7:30 MEDITAZIONE online gratuito (Elena D.F.) DAL 13 SETTEMBRE	7:30/8:00 MEDITAZIONE online gratuito (Donatella V.) (AleC fino 13/9)	8.00/8:30 MEDITAZIONE online gratuito (Alessandra C.) DAL 15 SETTEMBRE	9.00/9:30 MEDITAZIONE online gratuito (Alessandra Z.) DAL 16 SETTEMBRE (8:30 con AleZ fino 15/9)	
8:30/10:00 INTEGRAL YOGA solo online (Alessandra Z.) CONTINUATIVO	9:30/10:45 YOGA HIMALAYANO sede o online (Donatella V.) DAL 13 SETTEMBRE	9:00/10:15 TAI CHI sede o online (Antonio D.F.) DAL 21 SETTEMBRE	9:30/10:45 YOGA HIMALAYANO sede o online (Donatella V.) DAL 15 SETTEMBRE	10:00/11:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO sede o online (Alessandra C.) DAL 23 SETTEMBRE	
	11:45/13:00 YOGA SPECIALISTICO POST-ICTUS sede o online (Alessandra C.) CONTINUATIVO	10:40/11:40 YOGA POST-PARTO sede o online (Alessandra C.) DAL 5 OTTOBRE			
17:30/18:45 sede o online TAI CHI (Antonio D.F.) DAL 19 SETTEMBRE	16:00/17:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO sede o online (Alessandra C.) DATA AVVIO DA DEFINIRE				16:00/16:45 INTEGRAL YOGA BIMBI 3-5 ANNI mensile / sede o online (Alessandra Zancocchia) DATE DA COMUNICARE
18:00/19:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO online (Alessandra C.) CONTINUATIVO		18:00/19:30 INTEGRAL YOGA PRENATALE sede o online (Alessandra C.) CONTINUATIVO	18:00/19:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO online (Alessandra C.) DALL'8 SETTEMBRE		17:00/18:00 INTEGRAL YOGA BIMBI 6-10 ANNI mensile / sede o online (Alessandra Zancocchia) DATE DA COMUNICARE
	18:30/20:00 INTEGRAL YOGA sede o online (Alessandra C.) CONTINUATIVO		18:30/20:00 INTEGRAL YOGA sede o online Elena D.F. DAL 15 SETTEMBRE	18:30/20:00 INTEGRAL YOGA PROGRESSIONE sede o online Alessandra C. DAL 23 SETTEMBRE	18:30/19:30 INTEGRAL YOGA RAGAZZI 11-13 ANNI mensile / sede o online (Alessandra Zancocchia) DATE DA COMUNICARE
	18:30/19:45 TAI CHI solo online (Antonio D.F.) DAL 21 SETTEMBRE		18:30/19:45 TAI CHI solo online (Antonio D.F.) DAL 21 SETTEMBRE	18:30/20:00 INTEGRAL YOGA solo online (Alessandra Z.) DAL 23 SETTEMBRE	
19:30/20:00 PRATICHE SOTTILI sede o online gratuito (Alessandra Z.) CONTINUATIVO				20:00/20:25 PRATICHE SOTTILI solo online gratuito (Elena D.F.) DAL 16 SETTEMBRE	
20:30/22:00 sede o online INTEGRAL YOGA Alessandra Z. CONTINUATIVO	20:30/22:00 INTEGRAL YOGA solo online (Alessandra Z.) DAL 13 SETTEMBRE	20:30/22:00 INTEGRAL YOGA sede o online (Alessandra Z.) DAL 14 SETTEMBRE		20:30/22:00 INTEGRAL YOGA solo online Elena D.F. DAL 16 SETTEMBRE	

LEGENDA

PRATICHE GRATUITE PER I SOCI	YOGA PRESENZA TERAMO SEDE oppure ONLINE	YOGA SOLO ONLINE	TAI CHI/QI GONG PRESENZA TERAMO SEDE oppure ONLINE	YOGA SPECIALISTICO PRESENZA TERAMO SEDE oppure ONLINE	SEMI DIYOGA INTEGRAL YOGA BIMBI E RAGAZZI SEDE oppure ONLINE
---------------------------------	---	---------------------	--	---	---



Prenotazione e gestione autonoma Corsi tramite APP MINDBODY per YAP



Integral Yoga Centre

**YAP INTEGRAL
YOGA CENTRE**
TERAMO e ONLINE
www.centroyap.it