



Tocco di Benessere
PERCORSI YOGA MASSAGGI

· CALENDARIO ATTIVITÀ ·

www.toccodibenessere.it

luisa@toccodibenessere.it

+39 339 592 5491

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
	7:00 / 8:00 YOGA - PRATICA DEL MATTINO				
9:15 / 10:15 YOGA TERZA ETÀ					
	12:45 / 13:45 YOGA LIV. INTERMEDIO		12:45 / 13:45 YOGA LIV. INTERMEDIO		
17:00 / 18:00 PILATES					LABORATORIO YOGA/ESPRESSIVITÀ CORPOREA BAMBINI (1 sabato al mese, date da confermare)
19:00 / 20:00 PILATES		19:00 / 20:15 YOGA LIV. INTERMEDIO	19:00 / 20:15 YOGA LIV. INTERMEDIO		
	20:30 / 21:45 YOGA LIV. AVANZATO		20:45 / 22:00 YOGA NIDRA RILASSAMENTO PROFONDO		

Per info telefonare al 3395925491