

YOGA

Le nostre proposte
per la stagione 2020-2021

MOVIMENTO
E BENESSERE



La pratica dello yoga mira al raggiungimento di un sano equilibrio tra corpo, mente e spirito. E' rivolta a tutti coloro che hanno voglia di regalarsi un po' di tempo per vivere in armonia con se stessi.

PALESTRA	GIORNI	ORARI	TIPOLOGIA	ISTRUTTORE
Palestrina XXV Aprile	lunedì	13.30-15.00	Yoga Dolce	Gianna Iannilli
	lunedì	17.45-19.00	Hatha Yoga	Gianna Iannilli
	lunedì	19.00-20.15	Hatha Yoga	Patrizia Santi
	martedì	10.15-11.45	YOGA e SALUTE Avanzati	Gianna Iannilli
	mercoledì	18.30-20.00	Hatha Yoga	Antonella Fanti
	giovedì	18.00-19.15	Hatha Yoga	Gianna Iannilli
	giovedì	19.15-20.30	Hatha Yoga	Patrizia Santi
Palestra Carducci	mercoledì	17.15-18.30	Yoga Dinamico	Monica Gamberini
	mercoledì	18.30-20.00	Hatha Yoga	Patrizia Santi
	mercoledì	20.00-21.30	Hatha Yoga	Patrizia Santi
	giovedì	20.30-22.00	Yoga Dinamico	Monica Gamberini
	venerdì	20.30-22.00	Hatha Yoga	Antonella Fanti
Pista Mazzotti	martedì	14.30-16.00	Hatha Yoga	Gianna Iannilli
	mercoledì	9.30-11.00	Hatha Yoga	Gianna Iannilli
	mercoledì	15.30-16.45	Yoga Dinamico	Monica Gamberini
	venerdì	14.30-16.00	Hatha Yoga	Gianna Iannilli
Palestra GIMI	giovedì	18.00-19.00	Yoga Dinamico	Tania Martinelli

Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi a:

Polisportiva Giovanni Masi associazione sportiva dilettantistica

Segreteria Sede via Bixio 12 - Casalecchio di Reno tel. 051/571352

Segreteria Croce via Carracci 36 - Croce di Casalecchio di Reno tel. 051/6192128

Segreteria GIMI via Allende 5 - Casalecchio di Reno tel. 051/578423

Email: info@polmasi.it - sito web: www.polmasi.it