

ORARIO LEZIONI YOGA 2011-2012

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA	Note
Mattino		10:30 Yoga Multilivello	9:30 Yoga Gentile	7:30❶ Multilivello	9:30 Yoga Gentile	10:15 Yoga Multilivello	11:00 Yoga Multilivello	Tutte le lezioni durano h 1.30 tranne quelle contrassegnate ❶ - 1 h ❷ - 45 min. ❸ - 1.15 h ❹ - 1.50 h ❺ - 30 min.
			11:00 Yoga Multilivello	10:30 Yoga Multilivello				
Pranzo		13:00 Yoga Multilivello	13:00 Yoga 1° Livello	13:00 Yoga Multilivello	13:00 Yoga Multilivello			
			13:00 Yoga Lez. Breve ❷					
Pomeriggio	16:30 Yoga Multilivello	17:15❶ Multilivello	16:30 Yoga Multilivello			17:00 Yoga Multilivello		
			17:00 Yoga Ragazzi❶	17:00 Yoga Bambini❶				
				17:00 Yoga Multilivello❶				
Sera	18:30 Yoga 1° Livello	18:30 Yoga Gravidanza ❸	18:30 Yoga 1° Livello	18:30 Yoga 1° Livello	18:30 Yoga 1° Livello		18:00 Yoga Multilivello	
		18:30 Yoga 2° Livello	18:30 Yoga 2° Livello	18:30 Yoga Avanzato ❹	18:30 Yoga 2° Livello			
	20:00 Yoga Multilivello	20:00 Yoga 1° Livello	20:00 Yoga Multilivello		20:00 Yoga 2° Livello			
		20:00 Yoga 2° Livello		20:30 Yoga Multilivello				
				20:30 ❷ Meditazione				



Milano 20135
Via Morosini 16
tel. 02 55016558
cell. 328 9206721
www.integralyoga.it