



yoga specialistico

**Centro Yoga YAP • Compagnia dei Merli Bianchi Integral Yoga Campi YAP Specialized Yoga**

## CALENDARIO INTEGRATO ONLINE CORSI

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
<b>8:30 / 10:00</b> INTEGRAL YOGA Ale Z	<b>7:15 / 7:40</b> AUTOMASSAGGIO FACCIALE Antonio ( <i>gratuito</i> )	<b>10:00 / 11:15</b> YOGA HIMALAYANO Donatella	<b>10:00 / 11:15</b> QI GONG TERAPEUTICO Antonio	<b>9:30/11:15</b> YOGA ACCESSIBILE Ale C	<b>9:00 / 9:30</b> AUTOMASSAGGIO FACCIALE Antonio ( <i>gratuito</i> )	
<b>11:30 / 13:00</b> YOGATERAPIA ICTUS • Ale C			<b>11:00/12:15</b> YOGA POST-PARTO Ale C			
<b>15:45 / 17:00</b> TAI CHI Antonio	<b>16:00/17:30</b> YOGA ACCESSIBILE Ale C				<i>mensile</i> <b>16:00 e 17:30</b> YOGA BIMBI AleZ	
<b>17:30 / 19:00</b> INTEGRAL YOGA Loretta	<b>18:30 / 20:00</b> INTEGRAL YOGA Ale C	<b>18:00/19:30</b> YOGA ACCESSIBILE Ale C	<b>18:15/19:45</b> YOGA GRAVIDANZA Ale C	<b>17:30 / 19:00</b> INTEGRAL YOGA Ale C @ YAP	<b>17:30 / 18:15</b> TAI CHI Antonio	<b>18:30 / 20:00</b> INTEGRAL YOGA ( <i>turnazione</i> )
<b>18:00/19:30</b> YOGA ACCESSIBILE Ale C		<b>18:30 / 20:00</b> TAI CHI Antonio	<b>18:30 / 20:00</b> INTEGRAL YOGA Elena	<b>18:30 / 20:00</b> INTEGRAL YOGA Ale Z		
<b>19:15 / 20:00</b> RILASSAMENTO RESPIRO MEDITAZ. Loretta ( <i>gratuito</i> )	<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL YOGA Loretta			<b>19:15 / 20:00</b> MEDITAZIONE e FILOSOFIA YOGA ALE C ( <i>gratuito</i> )		
<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL YOGA Ale Z	<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL YOGA Ale Z	<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL YOGA Ale Z	<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL Y Liv. II-III Ale C	<b>20:15 / 21:45</b> INTEGRAL YOGA Elena		



yoga specialistico

## CALENDARIO INTEGRATO CORSI YOGA E TAI CHI/QI GONG IN DIRETTA ONLINE ZOOM

da NOVEMBRE 2020

**LE PRATICHE SONO APERTE A SOCI E ISCRITTI DELLE ORGANIZZAZIONI CHE PARTECIPANO AL CALENDARIO INTEGRATO.**

**Le pratiche sono fruibili attraverso il seguente link di collegamento alla piattaforma ZOOM: <https://us02web.zoom.us/j/161785328>**

### **AD ECCEZIONE DI:**

- **lezioni Integral Yoga martedì e venerdì h. 20:30: <https://zoom.us/j/95296346882>**
- **lezione Integral Yoga venerdì h. 18:30: <https://zoom.us/j/93516673175>**
- **lezioni di Yoga Specialistico (Accessibile, Yogaterapia, Gravidanza, Post-parto): <https://zoom.us/j/98378332643>**

*Prenotazione richiesta. Le password verranno comunicate personalmente agli iscritti al momento della prenotazione.*

- Le quote associative sono dovute ogni anno solare, come stabilito dalle disposizioni legali in vigore, indipendentemente dalla data di adesione all'Associazione. Tutte le tessere hanno scadenza il 31 dicembre di ogni anno e i Soci sono tenuti al rinnovo della quota entro il febbraio successivo e comunque prima dell'adesione a un corso nel nuovo anno.
- I Corsi decorrono dalla data di inizio delle pratiche per la durata di corso prescelta, fatta salva la prima lezione di prova gratuita.
- Tutte le lezioni, incluse quelle in diretta online, prevedono la prenotazione della propria partecipazione.
- L'Associazione adotta integralmente le misure di prevenzione da contagio coronavirus.
- Ogni lezione può accogliere un numero massimo di partecipanti atti a garantire il corretto distanziamento tra i praticanti. Alla lezione si accede con mascherina, tappetino proprio, calze riservate alla sola pratica.
- Le lezioni settimanali sono interscambiabili e fruibili liberamente, fatta salva la prenotazione.
- Le lezioni perse nell'ambito dei Corsi sono recuperabili le settimane di tolleranza previste; in caso di ulteriori esigenze di recupero, si potrà valutare l'opportunità di cumulare le lezioni perse con quelle corso successivo, a condizione che vi sia continuità tra i due corsi, ovvero nessuna interruzione di data tra la fine naturale del primo (settimane di tolleranza escluse) e l'avvio del nuovo Corso.
- I Corsi prevedono l'eventuale sospensione per le ferie, preliminarmente comunicata e concordata con l'insegnante.
- Tutti i Corsi vengono attivati con la partecipazione di un gruppo di almeno 4 persone. Al di sotto di tale soglia l'Associazione si riserva il diritto di attivare, continuare, sospendere o eliminare l'insegnamento.
- L'Associazione si riserva il diritto di modificare periodicamente o stagionalmente l'orario dei Corsi e provvedere a eventuali sostituzioni di insegnanti (anche di metodi diversi) o di ridurre o sospendere temporaneamente le lezioni (fatta salva la possibilità di recupero).

**PRIMA LEZIONE DI PROVA GRATUITA. Le lezioni successive sono soggette al versamento della quota associativa per l'anno in corso.**