

CALENDARIO INTEGRATO

YAP INTEGRAL YOGA CENTRE • COMPAGNIA DEI MERLI BIANCHI • YAP SPECIALIZED YOGA

AGOSTO 2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
8:00/8:30 online MEDITAZIONE Ale C. • gratuito				9:00/9:30 online MEDITAZIONE Ale Z. • gratuito	
8:30/10:00 online INTEGRAL YOGA Ale Z. (Merli B.)					
	11:30/12:45 Teramo + online YOGATHERAPY ICTUS Ale C.			10:00/11:30 Teramo + online INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE Ale C.	
			16:30/17:45 Campli +online TAI QI Antonio		
18:00/19:30 Campli + online INTEGRAL YOGA Loretta/Elena		18:00/19:30 online YOGA GRAVIDANZA Ale C.	18:30/20:00 Parco TE +online INTEGRAL YOGA Ale Z	18:30/20:00 Teramo + online INTEGRAL YOGA liv. II-III Ale C	
	18:00/19:30 Teramo + online INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE Ale C.				
19:45/20:15 Campli + online PRATICHE SOTTILI*** Loretta • gratuito					
20:30/22:00 Teramo + online INTEGRAL YOGA Ale Z.		20:30/22:00 online INTEGRAL YOGA Ale Z.			

LEGENDA:

GRATUITO

YAP Teramo

YAP Campli

TAI CHI Teramo/Campoli

Compagnia dei Merli Bianchi

YAP Specialized Yoga

TUTTE le pratiche vengono trasmesse ANCHE ONLINE.

*** PRATICHE SOTTILI: Rilassamento guidato, tecniche respiratorie e/o meditazione