

CALENDARIO INTEGRATO

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

DAL 15 LUGLIO 2021
AL 31 LUGLIO 2021

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
8:00/8:30 online MEDITAZIONE Ale C. • gratuito	7:15/7:45 online AUTOMASSAGGIO FACCIALE Antonio • gratuito			9:00/9:30 online MEDITAZIONE Ale Z. • gratuito	9:00/9:40 online AUTOMASSAGGIO Antonio • gratuito
8:30/10:00 online INTEGRAL YOGA Ale Z. (Merli B.)	10:00/11:15 online QI GONG TERAPEUTICO Antonio				
	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	18:30/20:00 Teramo + online INTEGRAL YOGA Ale C.	18:00/19:30 online YOGA GRAVIDANZA Ale C.	18:30/20:00 Parco TE +online INTEGRAL YOGA Ale Z	18:30/20:10 Teramo + online INTEGRAL Y. progr. avanzata Ale C	
18:00/19:30 online INTEGRAL YOGA ACCESSIBILE Ale C.		18:15/19:30 Teramo+online TAI QI Antonio	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.		20:30/22:00 Campli + online INTEGRAL YOGA Elena	
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		