

CALENDARIO INTEGRATO YAP INTEGRAL YOGA CENTRE

DAL 30/10/2023

in collaborazione con **COMPAGNIA DEI MERLI BIANCHI** • **YAP SPECIALIZED YOGA** • **ALBERO DELLA VITA**

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
7:00/7:30 MEDITAZIONE online gratuita	7:00/7:30 MEDITAZIONE online gratuita	7:00/7:30 MEDITAZIONE online gratuita	7:00/7:30 MEDITAZIONE online gratuita		
8:30/10:00 INTEGRAL YOGA online					9:00/10:00 AUTOMASSAGGIO QI GONG Centro YAP e online
9:30/10:45 YOGA HIMALAYANO Centro YAP e online	9:30/11:00 PRENATAL YOGA Centro YAP e online	9:00/10:15 TAI CHI Centro YAP	9:30/10:45 YOGA HIMALAYANO Centro YAP e online	10:00/11:30 YOGA ACCESSIBILE SUPP. TERAPEUTICO Centro Yoga e online	16:00/16:45 YOGA BIMBI 3-5 aa. Centro YAP e online
18:00/19:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO online	17:00/18:00 YOGA POST-ICTUS Centro YAP e online	18:00/19:30 YOGA ACCESSIBILE SUPPORTO TERAPEUTICO Centro YAP e online		18:00/19:45 INTEGRAL YOGA PROGRESSIONE AVANZATA Centro YAP e online	17:00/18:00 YOGA BIMBI 6-10 aa. Centro YAP e online
18:30/19:45 TAI CHI Centro YAP	18:30/20:00 INTEGRAL YOGA Centro YAP e online		18:30/20:00 INTEGRAL YOGA Centro YAP e online	18:30/20:00 INTEGRAL YOGA online	18:30/19:30 YOGA RAGAZZI 11-13 aa. Centro YAP e online
				20:00/20:25 MEDITAZIONE online gratuita	
20:00/21:30 INTEGRAL YOGA Centro YAP e online	20:30/22:00 INTEGRAL YOGA online	20:00/21:30 INTEGRAL YOGA Centro YAP e online		20:30/22:00 INTEGRAL YOGA online	

Le lezioni serali seguiranno l'ora legale/solare posticipando/anticipando di 30' l'orario di inizio allo scattare della fascia oraria nazionale.

LEGENDA

PRATICHE GRATUITE	YOGA PRESENZA TERAMO oppure ONLINE	TAI CHI PRESENZA TERAMO AUTOMASSAGGIO PRESENZA TERAMO oppure ONLINE	YOGA ACCESSIBILE DI SUPPORTO TERAPEUTICO PRESENZA TERAMO oppure ONLINE	PRENATAL YOGA PRESENZA TERAMO oppure ONLINE	Quindicinale YOGA BIMBI E RAGAZZI PRESENZA TERAMO oppure ONLINE
--------------------------	---	---	---	--	--



PRENOTAZIONI
piattaforma
BSPORT per YAP
oppure
Whatsapp o SMS
393 9845289



**YAP
INTEGRAL
YOGA
CENTRE APS
TERAMO &
ONLINE**

www.centroyap.it