



Centro Dharma Yoga



| Corsi | Lunedì | Martedì | Mercoledì | Giovedì | Venerdì |
|---|--|---------------|-----------|-----------------------------------|---------------|
| Principianti (anche per Gestanti e Sub [*]) | 9.00 - 10.30 [**] 18.00 - 19.30 | | | 9.00 - 10.30[**] 19.30 - 21.00 | |
| Avanzati (anche per Sub [*]) | | 19.30 - 21.30 | | | |
| Meditazione (ingresso Libero) | | | | | 19.45 - 21.00 |
| [*] Pranayama: | <i>le tecniche di base ed avanzate del controllo ritmico del respiro sono presenti nei rispettivi corsi Yoga (Principianti e Avanzati)</i> | | | | |

Centro Dharma Yoga

www.centrodharmayoga.it

info@centrodharmayoga.it

Cell: 338.6761030 - 339.7282944

[**]Questi Corsi possono essere svolti in alternativa presso:

Casa dell' Aiuto LA SVOLTA

Via A. Casati, 6
Cinisello Balsamo

Presso

CentrolisticoFiordiloto

Via Pietro Meroni, 13
Cinisello Balsamo