

WEEKLY SCHEDULE

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
6.00	MYSORE <i>Self Practice</i> (fino alle 8.00)	MYSORE <i>Self Practice</i> (fino alle 8.00)	MYSORE <i>Self Practice</i> (fino alle 8.00)	MYSORE <i>Self Practice</i> (fino alle 8.00)	MYSORE <i>Self Practice</i> (fino alle 8.00)		MYSORE <i>Self Practice</i> Dalle ore 7.00
8.30							
10.00	ASHTANGA PRINCIPIANTI	ASHTANGA	ASHTANGA PRINCIPIANTI	HATHA YOGA	ASHTANGA	HATHA YOGA	
15.00							
16.30	HATHA YOGA				HATHA YOGA		
18.30	ASHTANGA (ingr fino alle 19.30, termina ore 21)	HATHA YOGA	YOGA RISTORATIVO YOGA NIDRA (ingr fino alle 19)	ASHTANGA (ingr fino alle 19.30, termina ore 21)			
19.30			HATHA YOGA ORE 20,30	HATHA YOGA ORE 19			