



Orario dei corsi 2020/2021

I corsi si tengono in Via Matteo Pescatore 9, 10124 Torino

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
11.00 Yoga Gentile		11.00 Yoga Gentile	
13.15 Yoga Posturale		13.15 Yoga Posturale	
	17.30 Yoga Dinamico		17.30 Yoga Dinamico
19.15 Centered Yoga	19.15 Centered Yoga		19.15 Centered Yoga
	20.30 Meditazione* (ultimo martedì del mese)		

* prenotazione obbligatoria

QUOTE DI PARTECIPAZIONE, anno associativo 2020/2021:

Tessera annuale: 20€ | Lezione singola individuale: 40€

Abbonamento trimestrale 1 lezione settimanale: 160€ | Abbonamento trimestrale 2 lezioni settimanali: 200€

Abbonamento annuale 1 lezione settimanale: 400€ | Abbonamento annuale 2 lezioni settimanali: 470€

Le lezioni aperte iniziano il 5 Ottobre. I corsi effettivi inizieranno la prima settimana di Ottobre e termineranno alla fine di Giugno 2021. L'ultimo martedì del mese sarà dedicato alla meditazione gratuita a partire da Ottobre. Sono previsti cicli di seminari a tema a partire da Novembre 2020. Buona pratica a tutti!

PER LA NOSTRA SICUREZZA:

Per mantenere la distanza prevista fra un tappetino e l'altro l'accesso è consentito ad un massimo di 8 persone. Gentilmente vi chiedo:

di entrare e di muovervi nella sede con la mascherina che toglierete sul tappetino per la pratica, le borse e gli abiti dovranno essere inseriti in una sacca personale tipo federa, di sanificarvi le mani con il gel a disposizione negli spogliatoi e nei bagni, di munirvi di un telo personale per coprire il tappetino.

Nel caso in cui dovete effettuare recuperi dovete avvisarmi con un messaggio, per sapere se c'è disponibilità di posto. Vi ringrazio di cuore per la vostra attenzione. La nostra sicurezza dipende dalla cura con cui tratteremo noi stessi e gli altri.

