



CENTRO STUDI YOGA&MEDITAZIONE

Corsi di Yoga

CORSI YOGA IN PRESENZA

Lunedì

dalle 18:30 alle 20:00
dalle 20:15 alle 21:45

Martedì

dalle 09:30 alle 10:45
dalle 11:00 alle 12:15
"Corpo intelligente" e "Yoga Base"
dalle 18.30 alle 20:00
"Yoga Base"

Mercoledì

dalle 9:30 alle 11:00
dalle 11:15 alle 12:45
dalle 18:30 alle 20:00

Giovedì

dalle 16:00 alle 17:30
"Yoga Base"

Venerdì

dalle 13:00 alle 14:30

Sabato

dalle 09:30 alle 11:00

CORSI YOGA ON LINE

Lunedì

dalle 18:30 alle 20:00
dalle 20:15 alle 21:45

Mercoledì

dalle 9:30 alle 11:00
dalle 18:30 alle 20:00

Venerdì

dalle 13:00 alle 14:30

Sabato

dalle 09:30 alle 11:00

Ogni 3° Venerdì del mese
dalle 10:00-11:30 e 18:00-19:30

YOGA& PAVIMENTO PELVICO

su prenotazione
in presenza e on-line

Insegnante: **Elena Copello** (Diploma Isfiy - Federazione Italiana Yoga | Diploma Iiry - Istituto Internazionale Ricerca Yoga)

Cell. 338 8282007 | Via Vinelli 9/2 - Chiavari

www.yogachiavari.it -  [CentrostudiYogaMeditazione](#)