

**A partire dal mese di ottobre 2021, presso la
sede di Roma
via Albalonga 8, (zona Re di Roma)**

**Il programma dei corsi e delle attività di quest'anno è stato strutturato nel rispetto delle
norme vigenti anti Covid.**

Lunedì 13.15-14.15 - *Yoga Evolutivo - Valentina Cozzolino*

Lunedì 18.30-20.30 - *Yoga Evolutivo - Valentina Cozzolino*

Martedì 10.00-11.30 - *Yoga Evolutivo Over 60 - Laura Brizzolara*

Martedì 18.30-20.00 - *Corso di Meditazione - Matilde Mattia*

Mercoledì 9-10:30 - *Yoga Evolutivo - Cristina Paterlini*

Mercoledì 13.15-14.15 - *Yoga Evolutivo - Cristina Paterlini*

Mercoledì 18.00-19.30 - *Yoga Evolutivo - Valentina Cozzolino*

Giovedì 10.00-11.30 - *Yoga Over 60 - Giulia Mocchegiani*

Giovedì 15.45-17.15 - *Yoga Evolutivo - Floriana Terranova*

Giovedì 17.30-19.00 - *Yoga Dinamico - Giulia Mocchegiani*

Giovedì 19.30-21.00 - *Yoga - Marina Ronchetti*

Venerdì 13.15-14.15 - *Yoga Evolutivo*

Venerdì 17.30-19.00 - *Meditazione base - Cristina Paterlini*

**presso la sede di Soriano nel Cimino - Via
Fratelli Valeri 20**

Giovedì 17.30-18.30 - *Yoga Evolutivo anni d'argento - Matilde Mattia*

Giovedì 19.00-20.30 - *Yoga Evolutivo - Matilde Mattia*