



Insegnante Michela, certificata presso la ISFIY  
Federazione Italiana Yoga, Master Yoga Educational  
Fed. Italiana Yoga, socio effettivo di AssoYoga Italia

MUNIRSI DI TAPPETINO ANTISCIVOLO, CUSCINO E COPERTA



Attività riservata ai soci

# YOGA PER TE UNA NUOVA ENERGIA

## REGGIO EMILIA

### SALA IMPROGRAMELOT

Via Josip Broz Tito, 6

Dal 4 ottobre 2021

lunedì 18:00 / 19:00 - 19:15 / 20:30

martedì 9:00 / 10:15 - 13:15 / 14:15

giovedì 18:00 / 19:00 - 19:15 / 20:30

venerdì 7:00 / 8:00 - 9:00 / 10:15

Lezioni introduttive gratuite

martedì 28 - giovedì 30 settembre

### Corso YOGADOLCE

Lezione dedicata al rilassamento

Sciogli le tensioni del corpo, rilassati, respira!

giovedì 16:00 / 17:30

### A GENNAIO

sala Improgamelot

martedì / 16.30 - 17.30

per bambini dai 7 a 10 anni



# YOGABIMBI



## LEZIONI ON LINE

*Novità* su ZOOM

Aperte a tutti i corsisti che frequentano in presenza almeno una volta a settimana

Dal 28 settembre 2021

Martedì 19:30 / 20:30

## ALBINEA

### PMI PARCO FOLA

Dal 4 ottobre 2021

martedì 18:00 / 19:00

venerdì 18:00 / 19:00 - 19:15 / 20:30

Lezione introduttiva gratuita

martedì 28 settembre

venerdì 1 ottobre

### INFO E ISCRIZIONI:

UISP Comitato di Reggio Emilia  
Via Tamburini, 5 (RE) Tel 0522 267214

Daniele Olivi d.olivi@uispre.it  
338 764 0722

Michela Bricoli mbricol@libero.it  
388 096 9600

seguici su   [www.uispre.it](http://www.uispre.it)