

Attività rivolta ai soci

 **UISP**  
aps  
**sportpertutti**  
Comitato di Reggio Emilia



Ginnastica metodo

**YOGA**

con  
*Silva*

Per tutte le attività munirsi di  
tappetino antiscivolo, cuscino e coperta

**INSEGNANTE SILVA**



Dott.ssa in Psicologia |  
Insegnante di Yoga e  
Mindfulness  
Operatrice Shiatsu e  
Massoterapista



**INFO E ISCRIZIONI**

UISP Comitato di Reggio Emilia - Via Tamburini, 5 (RE)  
Tel. 0522 267220 ore 9:00-12:00 | [motoria@uispre.it](mailto:motoria@uispre.it)

Reggio Emilia

**Palestra Arcadia**

Sala Alfa (ex Acsé)  
Via D. da Torricella, 44

**DAL 30 SETTEMBRE 2024**

**Lunedì**

15:00 - 15:50 | G.M Yoga Posturale

16:00 - 16:50 | G.M Yoga Posturale

**Martedì**

9:30 - 10:30 | G.M Yoga Posturale

**Mercoledì**

15:00 - 15:50 | G.M Yoga Posturale

16:00 - 16:50 | G.M Yoga Posturale

18:30 - 19:30 | G.M Hatha Yoga

**Giovedì**

9:30 - 10:30 | G.M Yoga Posturale

**Lezioni introduttive gratuite**

Settimana dal 23 al 27 settembre 2024