



INSEGNANTE MICHELA

diplomata presso la ISFIY Federazione Italiana Yoga, Master Yoga Educational Fed. ItalianaYoga, socio effettivo di AssoYoga Italia



Ginnastica metodo HATHA YOGA

con Michela



Attività rivolta ai soci

PER TUTTE LE ATTIVITÀ MUNIRSI DI TAPPETINO ANTISCIVOLO, CUSCINO E COPERTA

Reggio Emilia
Sala Improgramelot
Via Josip Broz Tito, 6

Dal 2 Ottobre 2023
Lezioni introduttive gratuite
dal 25 al 30 Settembre

novità!

Lunedì

13:15-14:15



18:00-19:00



19:15-20:30

Martedì

08:00-08:45

Pranayama, l'arte indiana del respiro

09:00-10:15

Giovedì

16:00-17:30

yoga dolce, rilassamento e tecniche di respiro



18:00-19:00



19:15-20:30

Venerdì

07:00-08:00

09:00-10:15



Anche in diretta Zoom!

INFO E ISCRIZIONI

UISP Comitato di Reggio Emilia - Via Tamburini, 5 (RE) - Tel. 0522 267206 dal lunedì al venerdì ore 9-12 - Daniele Olivi: d.olivi@uispre.it - 338 764 0722
Michela Bricoli: michela.bricoli123@gmail.com - 388 096 9600