



Via Carlo Cattaneo, 121
20025 LEGNANO
tel. 0331.365298 (Enrico abitaz.)
email: info@centroyogalegnano.it
www.centroyogalegnano.it

I CORSI DI YOGA

Lunedì	h. 18 – 19,40	(base con Loredana)
Lunedì	h. 20 – 21,40	(base con Enrico)
Martedì	h. 20,30 – 22,10	(base/intermedio Enrico)
Mercoledì	h. 9,30 – 11,10	(base con Enrico)
Mercoledì	h. 20 – 22	(avanzato con Enrico)
Giovedì	h. 12,35 – 13,45	(base con Paolo)★
Giovedì	h. 19,10 – 21	(base/intermedio con Paolo)
Venerdì	h. 19 – 20,40	(base con Enrico)
Sabato	h. 10,30 – 12	(base/intermedio con Paolo)★

I COSTI

Studenti sconto 10%

Iscrizione € 25
Trimestrale € 140
Semestrale € 260
Annuale € 370

★Per questi corsi:
trimest. € 125
semestr. € 235
annuale € 335

I corsi, a carattere collettivo, comprendono una lezione di circa un'ora e quaranta minuti alla settimana. E' possibile effettuare una lezione di prova gratuita su prenotazione.

E' possibile usufruire anche di lezioni individuali della durata di circa un'ora (€35 IVA compresa) su tematiche anche specifiche (rilassamento, respirazione, meditazione, yoga in gravidanza, ecc.).

SI TENGONO INOLTRE CORSI DI:

TAI CHI CHUAN

* Venerdì h. 21,10 – 22,40 (con Alessandro) **Iscriz. € 25**
Trimestrale € 130, semestrale € 240, annuale € 345
studenti tariffe scontate (10%)

* Sabato h. 15 – 17 (con Antonello) **questo corso è gestito autonomamente dall'insegnante, per contatti:**
cell. 347.696.54.85 email: tao.damico@virgilio.it

METODO FELDENKRAIS® (con Cinzia) **questi corsi sono gestiti autonomamente**

* Martedì h. 19 - 20 **dall'insegnante, per contatti:**
* Giovedì h. 10 – 11 tel. 0331.545.800/cell. 347.041.78.27
email: cinzia.chimento@alice.it