



Via Carlo Cattaneo, 121  
20025 LEGNANO  
tel. 0331.365298 (Enrico abitaz.)  
email: [info@centroyogalegnano.it](mailto:info@centroyogalegnano.it)  
<https://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. € 130  
semestr. € 240  
annuale € 345

*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

\* Giovedì 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: [damico.gemini@gmail.com](mailto:damico.gemini@gmail.com)

**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](mailto:cinzia.chimento@alice.it)