



# S. AGOSTINO

|                | LUNEDÌ                      |                             | MARTEDÌ                   |                           | MERCOLEDÌ                 |                            | GIOVEDÌ                   |                           | VENERDÌ                   |                        |
|----------------|-----------------------------|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------|
|                | SALA GRANDE                 | SALA PICCOLA                | SALA GRANDE               | SALA PICCOLA              | SALA GRANDE               | SALA PICCOLA               | SALA GRANDE               | SALA PICCOLA              | SALA GRANDE               | SALA PICCOLA           |
| 07.45<br>09.00 |                             |                             |                           |                           | PRANAYAMA<br>(CICLI)      |                            |                           |                           |                           |                        |
| 09.00<br>10.30 | CHIARA T.<br>LIVELLO 1      | EUGENIA D.<br>LIVELLO 3     | CHIARA T.<br>LIVELLO 2    | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 1 | CLAUDIA R.<br>LIVELLO 1   | EUGENIA D.<br>LIVELLO 3    | CHIARA T.<br>LIVELLO 2/3  | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 2 | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 2 | SIMONA B.<br>LIVELLO 1 |
| 11.00<br>12.30 | CLAUDIA R.<br>AGELESS       | EUGENIA D.<br>SPECIAL NEEDS | EUGENIA D.<br>AGELESS     |                           | CLAUDIA R.<br>AGELESS     | CHIARA T.<br>SPECIAL NEEDS | EUGENIA D.<br>AGELESS     |                           | SIMONA B.<br>AGELESS      | CHIARA T.<br>PRENATAL  |
| 12.45<br>14.00 | CHIARA T.<br>LIVELLO 2      |                             | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 1 | SOS<br>(CICLI)            | CHIARA T.<br>LIVELLO 2/3  |                            | ANTONELLA B.<br>LIVELLO 1 |                           | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 1 |                        |
| 14.15<br>15.30 |                             |                             | SIMONA R.<br>LIVELLO 1    |                           |                           |                            |                           |                           |                           |                        |
| 17.15<br>18.30 |                             |                             | SIMONA R.<br>TEEN         |                           | CHIARA T.<br>KIDS         | SIMONA B.<br>LIVELLO 1     | CHIARA T.<br>TEEN         |                           | SIMONA B.<br>LIVELLO 1    |                        |
| 18.30<br>20.00 | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 2/3 | CLAUDIA R.<br>LIVELLO 2     | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 3 | OLGA D.<br>LIVELLO 2      | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 2 | SIMONA B.<br>LIVELLO 1     | CHIARA T.<br>LIVELLO 3    | OLGA D.<br>LIVELLO 1      | ANDREA A.<br>LIVELLO 2    | SIMONA B.<br>LIVELLO 1 |
| 20.00<br>21.30 | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 1   | CLAUDIA R.<br>LIVELLO 3     | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 2 | FRANCESCA B.<br>LIVELLO 1 | ANTONELLA B.<br>LIVELLO 1 | FRANCESCO M.<br>LIVELLO 3  | ANDREA A.<br>LIVELLO 1    | OLGA D.<br>LIVELLO 2      | ANDREA A.<br>LIVELLO 2    |                        |

**LIVELLO 1**

Introduzione

**LIVELLO 2**

Consolidamento

**LIVELLO 3**

Approfondimento

**AGELESS**

Età matura

**TEEN**

Per i ragazzi (medie e liceo)

**KIDS**

Per bambini (elementari)

**PRE E POST NATAL**

Gestanti e neomamme

**SPORT**

Sportivi e atleti

**SPECIAL NEEDS**

Sequenze individuali

**CICLI SOS**

Spalle e collo - Ginocchia - Schiena

**TEACHERS**

Aggiornamento insegnanti Iyengar

Yoga Institute

**CICLI PRANAYAMA**

**GENERAL CLASS**

Livello misto