

ORARIO CORSI DIURNI VIA VALLAZZE 105 - ANNO 2018-2019



Per info:

www.spazioaries.it

info@spazioaries.it

Tel. 02-87063326

Cel. 342-0175218

Spazio Aries a.s.d. - Via Vallazze 105 - Via Monte Nevoso 16 - 20131 Milano - MM2 Lambrate

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
mattina			07.20-08.20 <i>Ginn. met.</i> Hatha Yoga Jessica D'Amato		
	10.00-11.00 Ginnastica dolce Chiara Soldinger		10.00-11.00 Ginnastica dolce Chiara Soldinger	10.00-11.00 Ginnastica dolce Chiara Soldinger	
	11.00-12.00 Danza orientale col pancione Chiara Aysel (Moduli da 6/10 lezioni)	10.30-11.30 Danza in fascia coi bambini Chiara Aysel (Moduli da 6/10 lezioni)	11.00-12.00 <i>Ginn. met.</i> Yoga in gravidanza Jessica D'Amato (Moduli da 6/10 lezioni)	11.00-12.00 Danza del ventre Chiara&Sabrina	
pausa pranzo	13.00-14.00 Qi Gong Letizia Frailich	13.00-14.00 <i>Ginn. met.</i> Yoga Dinamico Camilla Marazzi	13.00-14.00 <i>Ginn. met.</i> Pilates Base Beatrice Libertino	13.00-14.00 <i>Ginn. met.</i> Vinyasa Flow Yoga Fabiola Magistro	13.00-14.00 <i>Ginn. met.</i> Pilates Beatrice Libertino
	13.00-14.00 <i>Ginn. met.</i> Pilates Base Beatrice Libertino		14.00-15.00 <i>Ginn. met.</i> Pilates Intermedio Beatrice Libertino		