



Segreteria: Via Ugo Ojetti, 384;
Tel: 06.86601006 – 392.7178813
E mail: info@centrodelloto.it

Dojo

Sala Ojetti

Lunedì	10:00 – 11:30 Hatha Yoga Fed. Italiana Yoga Sala Dojo		13:30 – 14:30 Hatha Yoga Fed. Italiana Yoga Sala Ojetti		17:15 – 18:15 Posturale Desiree Copello Sala Ojetti	19:00 – 20:30 Kundalini Yoga Dojo (fuori abbonamento)	
Martedì			13:15 – 14:30 Tai Chi Gastone Lomartire Dojo	17:15 – 18:15 Pilates Desiree Copello Dojo	17:30 – 18:45 Hatha Yoga Sara Paterlini Sala Ojetti	18:30 – 20:00 Respiro e Meditazione Benny Paterlini Dojo	19:00 – 20:30 Yoga Sara Paterlini Sala Ojetti
Mercoledì	10:00 – 11:30 Hatha Yoga Fed. Italiana Yoga Sala Dojo	12:00 – 13:00 Posturale Desiree Copello Sala Ojetti	13:30 – 14:30 Hatha Yoga Fed. Italiana Yoga Sala Ojetti		18:00 – 19:30 Yoga Centro del Loto Gastone Lomartire Dojo	19:30 – 20:30 Yoga Dinamico/Vinyasa Titti Torchia Sala Ojetti	19:40 – 21:00 Tai Chi Gastone Lomartire Dojo
Giovedì			17:00 – 18:00 Pilates Desiree Copello Sala Ojetti	17:30 – 19:00 Yoga Centro del Loto Sara Paterlini Dojo	18:15 – 20:00 Respiro e Meditazione Gastone Lomartire e Benny Paterlini Sala Ojetti	19:15 – 20:15 Nia Sara Paterlini Dojo	20:45 – 22:45 Biodanza Marzia Mulas Dojo (fuori abbonamento)
Venerdì	10:00 – 11:30 Hatha Yoga Federica Marullo Dojo	12:00 – 13:00 Posturale Desiree Copello Sala Ojetti		17:15 – 18:15 Posturale Desiree Copello Sala Ojetti	18:00 – 19:30 Yoga Centro del Loto Gastone Lomartire Dojo	19:30 – 20:30 Yoga Dinamico/Vinyasa Titti Torchia Sala Ojetti	19:40 – 21:00 Tai Chi Gastone Lomartire Dojo (Sospesa)