



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

Sala Dojo – Via Luigi Chiarelli 33

Sala 2 Ojetti – Via Ugo Ojetti 384

Lunedì	11.00 – 13:00 MindfulYoga Gastone Lomartire Sala Dojo					17:30 – 19:15 MindfulYoga Gastone Lomartire Sala Dojo	19:30 – 20:30 Yoga Dinamico/Vinyasa Titti Torchia Sala Dojo	
Martedì	10:00 – 11:30 Yoga&Shiatsu Benny Paterlini e Elisabetta Cormio Sala Dojo	11:45 – 13:00 Hatha Yoga Federica Marullo Sala Dojo		17:30 – 18:30 NIA Sara Paterlini Sala Dojo	18:30 – 19:45 Meditazione Zen Gastone Lomartire Sala 2 – Ojetti	18:45 – 20:00 Hatha Yoga Sara Paterlini Sala Dojo	20:15 – 21:30 Tai Chi Senior Gastone Lomartire Sala Dojo	
Mercoledì	10:00 – 11:30 Hatha Yoga Ilenia Di Giovanni Sala Dojo	12:00 – 13:30 Yoga in gravidanza Sala2 - Ojetti (fuori abb.)	12:00 – 13:00 Posturale Fabiola Carlini Sala Dojo			17:30 – 18:30 Respiro e Meditazione Benny Paterlini Sala Dojo	18:45 – 20:15 Yoga&Shiatsu Benny Paterlini e Elisabetta Cormio Sala Dojo	
Giovedì	10:00 – 12:00 MindfulYoga Gastone Lomartire Sala Dojo				17:30 – 18:30 Hatha Yoga Sara Paterlini Sala Dojo	18:40 – 19:50 Tai Chi Gastone Lomartire Sala Dojo	19:00 – 20:30 La Via del Reiki Sala 2 – Ojetti (fuori abb.)	20:00 – 21:00 Yoga Dinamico/Vinyasa Titti Torchia Sala Dojo
Venerdì	10:00 – 11:30 Hatha Yoga Ilenia Di Giovanni Sala Dojo		12:00 – 13:00 Posturale Fabiola Carlini Sala Dojo			18:00 – 19:15 Hatha Yoga Federica Marullo Sala Dojo	19:30 – 20:30 Yoga Dinamico/Vinyasa Titti Torchia Sala Dojo	