

HATHA YOGA AVANZATO

FREQUENTA REGOLARMENTE LE LEZIONI SETTIMANALI,
POTRAI ESSERE SCELTO DALLE TUE INSEGNANTI
PER PARTECIPARE AL CORSO!



SUL RETRO
IL PROGRAMMA
COMPLETO

DA OTTOBRE A MAGGIO
UN SABATO OGNI MESE DALLE 16 ALLE 17,30

ATTIVITÀ RISERVATE AI SOCI

Istituto Yoga Moksha a.s.d.c.
Via Finlandia, 22 - Firenze
055 6287293 - 347 8617590



ISTITUTO YOGA
MOKSHA
A.S.D.C.

FB: yogamoksha
www.yogamoksha.it
info@yogamoksha.it



PROGRAMMA 2020 - 2021

24/10

Shirsasana, Sarvangasana

21/11

Shirsasana, Sarvangasana,
Padmasana

12/12

Shirsasana, Sarvangasana,
Halasana, Salabhasana

16/01

Shirsasana, Sarvangasana,
Padmasana, Vrikshasana,
Natarajasana

13/02

Shirsasana, Sarvangasana,
Dhanurasana, Chakrasana

13/03

Shirsasana, Sarvangasana,
Bhujangasana, Chakrasana

17/04

Shirsasana, Sarvangasana,
Virabhadrasana 1, 2, 3,
Padmasana

15/05

Shirsasana, Sarvangasana,
Padmasana, Vrikshasana,
Natarajasana

COSTO

15€ lezione singola, 50€ tessera da 5 lezioni (valida un anno)

Il programma può essere soggetto a variazioni