



Natale in Pratica! Un regalo per tutti!

Martedì 24/12/24 ore 8-9:30 Pranayama & Pratica

Venerdì 27 ore 13-14:30 Pratica & Rilassamento profondo

Sabato 28 ore 9:30-11 Classe internazionale guidata

*Domenica 29 ore 9:30-11:30 Mysore

*Lunedì 30 ore 12:30-14:30 Mysore (ore 13 per chi ha bisogno di essere guidato)

Martedì 31 ore 8-9:30 Pratica & Colazione di festa in Mindful Eating (benvenuti dolci fatti in casa)

Giovedì 2/1/25 ore 18:30-20 Pratica & Bagno di Gong
(Evento rinviato a venerdì 10/1/25 stessa ora)

Venerdì 3 ore 13-14:30 Pratica & Playground sulla II Parte della Prima Serie

Sabato 4 ore 9:30-11 Classe guidata per Neofiti

*Domenica 5 ore 9:30-11:30 Mysore (ore 10 per chi ha bisogno di essere guidato)

Ingressi:

15E Ingresso singolo (60E per 5 ingressi)

10E Ingresso singolo per chi ha l'abbonamento di dicembre o gennaio, chi ha il pacchetto può scalare l'ingresso

*Le date con asterisco sono già comprese nel calendario per chi ha l'abbonamento mensile

