



Istruttrice
Irene Scarascia

Per info e prenotazioni scrivere a:
irenescarascia.job@gmail.com oppure telefonare al
numero 345 8824832
(tutti i giorni dalle 12 alle 14)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	09:30-10:30 Parinama PRIVATA (3) <i>Lezione Privata</i>	09:30-10:30 Parinama PRIVATA (3) <i>Lezione Privata</i>	09:00-10:00 Yoga GRUPPO (A) Postura Perineo <i>Gruppo in Palestra Therapeuticum Heliopolis</i>	
	11:00-12:00 Parinama PRIVATA (3) <i>Lezione Privata</i>	11:00-12:00 Yoga PRIVATA (D) Postura Perineo <i>Lezione Privata</i>	11:00-12:00 Parinama PRIVATA (3) <i>Lezione Privata</i>	
	12:00-13:00 Yoga PRIVATA (D) Postura Perineo <i>Lezione Privata</i>	12:00-13:00 Parinama PRIVATA (3) <i>Lezione Privata</i>		
		13:15-14:15 Yoga GRUPPO (C) Postura Perineo <i>Gruppo in Palestra Solaris</i>	13:20-14:20 Parinama GRUPPO (4) <i>Gruppo in Palestra Centro Culturale Sharazàd</i>	
14:30-15:30 Yoga GRUPPO (A) Postura Perineo <i>Gruppo in Palestra Therapeuticum Heliopolis</i>				14:30-15:30 Yoga GRUPPO (B) Postura Perineo <i>Gruppo in Palestra Armonie</i>
	15:00-16:00 Yoga PRIVATA (D) Postura Perineo <i>Lezione Privata</i>			
		17:30-18:30 Parinama GRUPPO (2) <i>Gruppo in Palestra VIS Suite</i>		
	19:30-20:30 Parinama GRUPPO (1) <i>Gruppo in Palestra ASD Parinama</i>			

Legenda

PARINAMA YOGA

- Gruppo in Palestra:
ASD Parinama, via dell'Indipendenza 42, Bologna (abbonamento mensile/ da 5 lezioni /da 10 lezioni)
- Gruppo in Palestra:
VIS Suite, Corte Isolani 7/E, Bologna
- Lezione privata di Parinama:
il luogo viene concordato individualmente, possibile anche lezione a domicilio
- Gruppo in Palestra:
Centro Culturale Sharazàd, Via Mascarella 12, Bologna

YOGA POSTURA PERINEO

- Gruppo in Palestra:
Therapeuticum Heliopolis, Via dei Lamponi 5, 40137 Bologna (2° piano) (pacchetto da 10 lezioni)
- Gruppo in Palestra:
Armonie, via Emilia Levante 138, Bologna (pacchetto da 10 lezioni)
- Gruppo in Palestra:
Solaris, via Zamboni 8, Bologna (pacchetto da 5 lezioni)
- Lezione privata di Yoga Postura Perineo:
il luogo viene concordato individualmente, possibile anche lezione a domicilio