

# Ashtanga yoga



EKAM YOGA STUDIO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
5.00							
5.30							
6.00							6:00 - 21:00 SEMINARI o WORKSHOP In date ed orari da stabilirsi
6.30							
7.00							
7.30							
8.00							
8.30							
9.00							
9.30							
10.00							
10.30							
11.00						10:00 - 12:00 Mysore o Lezioni speciali	
11.30							
12.00							
12.30							
13.00							

# Ashtanga yoga



EKAM YOGA STUDIO

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
13.00					13:00 - 14:30 Guidata e Mysore		6:00 - 21:00 SEMINARI o WORKSHOP In date ed orari da stabilirsi
13.30							
14.00							
14.30							
15.00							
15.30							
16.00							
16.30							
17.00							
17.30	17:30 - 21:00 Mysore Ingresso in Aula entro le 19.30 - Fine pratica entro le 21.00	17:30 - 19:30 Guidata e Mysore		17:30 - 19:30 Guidata e Mysore			
18.00							
18.30							
19.00							
19.30			19:30 - 21:00 Guidata principianti (Mysore su prenotazione)		19:30 - 21:00 Guidata principianti (Mysore su prenotazione)		
20.00							
20.30							
21.00							