LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	7.00 - 7.30 DHYANA YOGA MEDITAZIONE - Maddalena - *su comunicazione solo su Zoom*		7.00 - 7.30 YOGA del RISVEGLIO - Maddalena - *su comunicazione solo su Zoom*	
8.00 - 8.30 LETTURE e RIFLESSIONI - Maddalena / Silvana / Greta - *solo su Zoom*		8.00 - 8.30 DHYANA YOGA MEDITAZIONE - Maddalena -		8.00 - 9.00 RAJA YOGA - Maddalena -
9.00 - 10.00 HATHA YOGA DINAMICO - Greta -		9.00 - 10.00 RAJA YOGA - Maddalena -		9.00 - 9.30 DHYANA YOGA MEDITAZIONE - Maddalena -
12.00 - 13.00 YOGA NIDRA / YOGA e SUONO - Maddalena / Silvana - *su comunicazione contributo extra*	12.00 - 13.00 YOGA - Silvana -		12.00 - 13.00 YOGA - Silvana -	12.00 - 13.00 HATHA YOGA DINAMICO - Greta -
CORSI AL POMERIGIGO				
	18.00 - 19.00 SHIVA FLOW DINAMICO - Greta -		18.00 - 19.15 LEZIONI SPECIALI GRUPPO DI STUDIO YOGA NIDRA REIKI *su comunicazione contributo extra*	
18.30 - 19.30 RAJA YOGA - Maddalena -		18.30 - 19.30 YOGA - Silvana -		18.30 - 19.30 YOGA - Silvana -
19.30 - 20.00 DHYANA YOGA MEDITAZIONE - Maddalena -			19.30 - 20.30 MEDITAZIONE SONORA - Silvana - *su comunicazione contributo extra*	