**HATHA YOGA **

**MARTEDI GIOVEDI**

**19.00 – 20.30**

**DANZA AEREA**

****

**VENERDI**

**17.00 – 18.30**

**GINNASTICA POSTURALE**



**MARTEDI GIOVEDI**

**10.00 – 11.15**

**17.30 – 18.45**

****

**MERCOLEDI VENERDI**

**09.15 – 10.45**

|  |
| --- |
| **60** €  **45** €  **45** €  **50** €  **50** €  **50** €  **130** €  **25** €  **40** €  **40** €  **25** €  **40** €  **30** €  **gratuita** |

* **Seduta Osteopatia** (1h)
* **Trattamento Viscerale, Mio Fasciale** (1h)
* **Cranio Sacrale** (1h)
* **Massaggio Ayurvedico** (1h)
* **Thai Massage** (1h)
* **Shiatsu** (1h)
* **3 Trattamenti**
* **Riflessologia plantare** (40 min.)
* **Linfodrenaggio** (50 min.)
* **Massaggio Decontratturante** (50 min.)
* **Ginnastica Posturale Individuale** (1h)
* **Metodo Ipopressivo** (1h)
* **Psicomotricità** (1h)

**1°Consulenza e Valutazione Posturale**

**Altre Consulenze: Infermieristica Osteopatia, Fisioterapia, Nutrizione**

**Naturopatia, Medicina Ayurvedica**

**Psicomotricità, Psicologia, Agopuntura**

* + - * **YOGA GRAVIDANZA**
      * **GATKA**
* **DANZA DEL VENTRE**
* **TWERK**
* **GINN. POSTURALE**
* **YOGA POSTURALE**
* **HATHA YOGA**
* **KUNDALINI YOGA**

**40 €**

**70 €**

**90 €**

**110 €**

**100 €**

**15 €**

**60 €**

**15 €**

**30 €**

**8 €**

* **MENSILE 1 VOLTE A SETTIMANA**
* **MENSILE 2 VOLTE A SETTIMANA**
* **MENSILE 3 VOLTE A SETTIMANA**
* **MENSILE INGRESSO LIBERO**
* **10 INGRESSI**
* **ENTRATA SINGOLA ai GRUPPI**
* **DANZA AEREA (TESSUTO,AMACA,CERCHIO)**
* **MENSILE 1 VOLTA A SETTIMANA**
* **LEZIONE SINGOLA**
* **GRUPPO CORO (SABATO POMERIGGIO)**
* **MENSILE 1 VOLTA A SETTIMANA**
* **LEZIONE SINGOLA**

**\*Tessera associativa annuale 10 €**