

<i>LUNEDI</i>	- 18.00
<i>MARTEDI</i>	- 13.30
<i>MERCOLEDI</i>	- 06.45 -18.00 (a <b>Cisano</b> , lago di Garda) -18.45 GUIDATA
<i>GIOVEDI</i>	- 18.00
<i>VENERDI</i>	- 6.45
<i>SABATO</i>	- 09.00-10.15

### **PER CHI E' NUOVO**

Corso introduttivo di 4 lezioni della durata di 1 ora, una volta o due a settimana, da svolgersi a tua scelta in qualsiasi degli orari qui sopra. Costo 50€

(sconto per studenti). Scrivi per informazioni e appuntamento a 347 4296453.

### **PROTOCOLLO di utilizzo degli spazi**

Tutte le lezioni vanno prenotate: in sala l'accesso è consentito ad un numero limitato di persone per garantire un certo distanziamento. Durante l'entrata/l'uscita manterremo un po' di spazio tra le persone, magari attendendo fuori, viste le esigue dimensioni dell'ingresso. Lascieremo come sempre le scarpe e le eventuali giacche all'entrata. Per cambiarci possiamo utilizzare sia lo spogliatoio che il bagno, dopo aver steso il nostro materassino a terra in uno degli spazi predisposti, e dietro ad esso la borsa. Se necessario puoi sempre praticare online, basta avvertire.

### **COSTI**

CORSO INTRODUTTIVO 50€

ABBONAMENTO 2 volte/settimana = circa 10€/lezione; 1 volta/settimana = circa 14€/lezione; drop-in = 20€

**Lo yoga è un percorso di autocomprensione, dobbiamo cercare di non superare i nostri limiti con cui invece vogliamo lavorare e collaborare. Vi**

**preghiamo perciò di essere gentili e rispettosi verso voi stessi (oltre che verso gli altri), per evitare di incorrere in piccoli incidenti.**

NB: Le lezioni/i pacchetti acquistati vanno utilizzati entro il termine concordato, si possono recuperare lezioni perdute ma sempre e solo entro la data stabilita e dietro richiesta d'appuntamento. Non verranno restituiti, se non eventualmente in forma di lezioni ed entro il termine, eventuali importi già pagati.