

CALENDARIO 2022-2023

TEL: 339 1875845 - 335 5449824

MAIL: info@centrocomocorsi.it

SITO: www.centrocomocorsi.it

	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato	
	sala 1	sala2	sala 1	sala2	sala 1	sala2	sala 1	sala2	sala 1	sala2	sala 1	sala2
8												
9	GINNASTICA DOLCE 09.15/10.15 <i>Nair</i>		PILATES TERAPEUTICO 09.15/10.15 <i>Marianna</i>	GINNASTICA DOLCE 09.15/10.15 <i>Nair</i>				AEROTONE 09.15/10.15 <i>Nair</i>	GINNASTICA DOLCE 09.15/10.15 <i>Nair</i>			
10	GINNASTICA DOLCE 10.30/11.30 <i>Nair</i>		PILATES TERAPEUTICO 10.30/11.30 <i>Marianna</i>	AEROTONE 10.30/11.30 <i>Nair</i>	QI GONG 10.30/11.30 <i>Sergio</i>		MINDFULL YOGA 09.15/10.15 <i>Marika</i>	HATHA YOGA OLIS 09.45/11:00 <i>Stefania</i>	GINNASTICA DOLCE 10.30/11.30 <i>Nair</i>	GINNASTICA DOLCE 10.30/11.30 <i>Nair</i>		DANZA CLASSICA 10.15/11.45 <i>Cinzia</i>
11												
12												
13		YOGA PRINCIPIANTI 13.00/14.00 <i>Rosa</i>	YOGA 13.00/14.00 <i>Luisa</i>									
14												
15												
16												
17										KARATE 4/6 ANNI 16.30/17.20 <i>Antonio</i>		
18	DANZA CONTEMPORANEA FLOORWORK RELEASE 17.20/18.50 <i>Francesca</i>		KARATE RAGAZZI 17.00/18.00 <i>Bettina</i>	PILATES TERAPEUTICO 17:45/18:45 <i>Marianna</i>			PILATES POSTURALE 17:45/18:45 <i>Marika</i>	KARATE RAGAZZI 17.00/18.00 <i>Bettina</i>	PILATES & PANCAFIT 16:30/17:30 <i>Marianna</i>		PILATES POSTURALE 17:45/18:45 <i>Marika</i>	
19	YOGA 19.00/20.15 <i>Luisa</i>	TAIJIQUAN 18.45/20.00 <i>Sergio</i>	KARATE RAGAZZI 18.00/19.00 <i>Giacomo</i>	PILATES TERAPEUTICO 19:00/20:00 <i>Marianna</i>	YOGA 19.00/20.15 <i>Luisa</i>		PILATES POASTURALE 19:00/20:00 <i>Marika</i>	KARATE RAGAZZI 18.00/19.00 <i>Giacomo</i>	PILATES & PANCAFIT 18:00/19:00 <i>Marianna</i>	DANZA CONTEMPORANEA 18.30/20.00 <i>Cinzia</i>	PILATES POSTURALE 19:00/20:00 <i>Marika</i>	
20								QI GONG 19.15/20.15 <i>Sergio</i>	PILATES & PANCAFIT 19:15/20:15 <i>Marianna</i>			
21	DAITO 20.30/22.00 <i>Elvio</i>		DANZA CONTEMPORANEA 20.00/21.30 <i>Cinzia</i>		CORSI DI MASSAGGIO 20.30/23.00 <i>Massaggio Olistico Milanese</i>			DANZA CONTEMPORANEA 20.30/22.00 <i>Francesca</i>		INCONTRI ESPERIENZIALI E CLASSI DI BIOENERGETICA <i>Serena e Valerio</i>	Incontri di REBIRTHING 20.30/22.30 <i>Paola</i>	
22												

STAGE E WORKSHOP:

CONTACT IMPROVISATION,
MOVIMENTO SOMATICO,
REBIRTHING

Se non puoi venire a lezione
POTRAI FARE LE LEZIONI
DIRETTAMENTE
A CASA TUA!

Scrivici a
info@centrocomocorsi.it
visita il sito
www.centrocomocorsi.it

TRATTAMENTI POSTURALI
M.RAGGI® - PANCAFIT®

TRATTAMENTI OLISTICI:
AYURVEDICO, SHIATSU, REIKI,
COUNSELING&REBIRTHING E
TOBIKO.