

Orari delle lezioni

Yoga • Pilates • Tai Chi — il tuo spazio per praticare



ORARI ONLINE
Scansiona il QR

CALENDARIO SETTIMANALE

21 LEZIONI • TUTTE SU PRENOTAZIONE

LUNEDÌ

- 13:15

Postural Pilates

Intensità: Media
- 16:30

Flow&Fascia

Intensità: Media
- 18:00

Yoga Vinyasa Flow&Philosophy

ANCHE ONLINE

Intensità: Dinamica
- 19:00

Soft Yoga

Intensità: Dolce

MARTEDÌ

- 06:50

Yoga Vitality Flow - 50 min

Intensità: Dinamica
- 13:15

Yoga Reset Flow

ANCHE ONLINE

Intensità: Media
- 18:00

Pilates&Yoga

Intensità: Media
- 19:00

Tai Chi Basic

Intensità: Media
- 19:00

Yoga Schiena

Intensità: Media

MERCOLEDÌ

- 09:30

Soft Yoga

Intensità: Dolce
- 10:30

Pilates&Yoga

Intensità: Media
- 18:00

Pilates&Yoga

Intensità: Media
- 19:00

Vinyasa Flow&Restore

ANCHE ONLINE

Intensità: Media

GIOVEDÌ

- 13:15

Yoga Vinyasa Core Flow

Intensità: Dinamica
- 18:00

Yoga Flow&Fascia

Intensità: Media
- 19:00

Tai Chi

Intensità: Media
- 19:00

Yoga Schiena

Intensità: Dolce

VENERDÌ

- 18:00

Yoga Vinyasa Core Flow

Intensità: Dinamica
- 18:30

Yoga Yin Restore

Intensità: Dolce

SABATO

- 08:45

Yoga Chakra Flow

ANCHE ONLINE

Intensità: Dinamica
- 17:00

Special Session

Intensità: Variabile

DOMENICA

- 18:00

Special Session

Intensità: Variabile

Prima di arrivare

Prenotazione obbligatoria
Classi fino a 9 partecipanti
Eventuali variazioni su
MINDBODY

mystikyogalab.com
Viale della Lirica 43 - Ravenna