

Sede di
Esine



Orario corsi 2026/2027

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
9:00 - 10:00 Yoga del Risveglio <i>con Elena</i>				9:00 - 10:00 10:00 - 11:00 11:00 - 12:00 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>	
	10:30 - 11:30 11:30 - 12:30 12:30 - 13:30 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>		10:30 - 11:30 11:30 - 12:30 12:30 - 13:30 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>	14:30 - 15:30 15:30 - 16:30 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>	9:30 - 10:30 Postural Tone <i>con Laura</i>
17:00 - 18:00 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>	17:10 - 18:00 Postural Pilates <i>con Laura</i>	15:00 - 16:15 Hatha Yoga <i>con Elena</i>	14:30 - 15:30 15:30 - 16:30 17:00 - 18:00 Funzionale e Posturale <i>con Chiara A.</i>	17:10 - 18:00 Postural Tone <i>con Laura</i>	
18:15 - 19:30 Vinyasa Yoga <i>con Elena</i>	18:15 - 19:05 Postural Tone <i>con Laura</i>	18:00 - 19:00 Funzionale e Posturale <i>con Nicola</i>	18:15 - 19:30 Vinyasa Yoga <i>con Elena</i>	18:15 - 19:05 Postural Pilates <i>con Laura</i>	
19:45 - 21:00 Vinyasa Yoga <i>con Elena</i>	19:20 - 20:10 Postural Pilates <i>con Laura</i>	19:00 - 20:00 Funzionale e Posturale <i>con Nicola</i>			

Funzionale e Posturale

piccoli gruppi di massimo 5 persone, programma individuale

Info e prenotazioni:

389 7638675 Elena

rigeneraactive@gmail.com

 **Esine, via Faede n.6**

