



## *Corsi settimanali*

### **YOGA base**

**lunedì 19.15|20.15 e martedì 13|14**

### **HATHAYOGA**

**giovedì 13|14 e 14.15|15.15  
mercoledì 19.15|20.15**

### **RAJAYOGA**

**mercoledì 20.30|21.30  
(approfondimento)**



*"Conoscere sé stessi, è essere sé stessi."*

*Ramana Maharshi*