



G.S.O. VALGREGHENTINO

organizza corsi di:

PILATES

e

YOGA

CORSO 1: settembre - gennaio

CORSO 2: febbraio - maggio

LE 1° LEZIONI (25/26 settembre e 29/30 gennaio) SONO DI PROVA E GRATUITE PER TUTTI! AL TERMINE E' POSSIBILE (SE INTERESSATI) ISCRIVERSI AI CORSI. UNICI MOMENTI PER POTERSI ISCRIVERE!

COSTI: 80,00 € PER ISCRIZIONE CORSO 1 O CORSO 2

150,00 € PER ISCRIZIONE CORSO 1 + CORSO 2 SUBITO A SETTEMBRE

15,00 € DI SCONTO SE ISCRIZIONE PILATES + YOGA (O 30,00 €

SE ISCRIZIONE CONTEMPORANEA A CORSO 1 + CORSO 2 DI ENTRAMBI)

PILATES

INSEGNANTE: YARI

MERCOLEDI' dalle 19.30 alle 20.20 (dal 26 settembre)

Lezioni corso 1: 26 sett * 3-10-17-24-31 ott * 7-14-21-28 nov * 5-12-19 dic * 9-16 gen

Lezioni corso 2: 30 gen * 6-13-20-27 feb * 6-13-20-27 mar * 3-10-17-24 apr * 8-15 mag

YOGA DELL'ENERGIA

*INSEGNANTE:
MONICA*

CORSO A: MARTEDI' dalle 18.45 alle 20.00 (dal 25 settembre)

CORSO B: MARTEDI' dalle 20.15 alle 21.30 (dal 25 settembre)

IL CORSO B È INDICATO PER CHI HA GIÀ PRATICATO YOGA PER ALMENO 2 ANNI.

IN CASO DI POCHI ISCRITTI A UNO DEI 2 CORSI, NE VERRÀ ORGANIZZATO UNO UNICO.

Lezioni corso 1: 25 set * 2-9-16-23-30 ott * 6-13-20-27 nov * 4-11-18 dic * 8-15 gen

Lezioni corso 2: 29 gen * 5-12-19-26 feb * 5-12-19-26 mar * 2-9-16-23-30 apr * 7 mag

Per ogni corso minimo 15 iscritti e massimo 35

I corsi si terranno presso l'oratorio di Valgrehentino, P.zza Roma 5

PER INFO: GRUPPOSPORTIVO@ORATORIOVALGREGHENTINO.IT