



ANAM ARUP YOGA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
		09:30-10:30 PILATES ROMULA	10:00-11:00 YOGA RATNA TATIANA	09:30-10:30 PILATES ROMULA	
		14:30-15:30 YOGA RATNA TATIANA			
	19:00-20:00 YOGA TATIANA IN POSTURA	18:00-19:00 PILATES ROMULA		18:30-19:30 YOGA RATNA TATIANA	

CONTATTI :

Tatiana 335 8215097
Danila 348 2598531
anamarup@hotmail.it

ANAM ARUP STUDIO S.S.D.

p.zza Malvestiti 17
Verolanuova

L'iscrizione prevede il lesseramento soci
I nostri corsi rientrano nell'ambito dell'attività sportiva
ginnastica finalizzata alla salute ed il fitness.

Corsi
di approfondimento :

YOGA ORMONALE – Nadia

RAFFORZAMENTO DEL RESPIRO – Danila

PERINEO, PLESSO SACRALE, POSTURA – Danila