



Padma Sadhana - scuola di yoga e meditazione

Via Verdi 15 - Carteria di Sesto, Rastignano (BO) - 391.1154673 - www.padmasadhana.it info@padmasadhana.it

orario corsi 2025-2026



lezione di prova
gratuita su
prenotazione

lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato
	09.30 10.45 Yoga Posturale Gloria		09.30 10.45 Yoga Posturale Gloria	09.30 10.30 Hatha Yoga Gloria	09.30 10.30 Vinyasa Elena
	11.00 12.00 Ginnastica Posturale Gloria		11.00 12.00 Ginnastica Posturale Gloria		
		12.40 13.20 Hatha Yoga Gloria			
	17.30 18.30 Yoga Posturale Gloria			17.30 18.30 Vinyasa Elena	
18.30 19.45 Hatha Yoga Gloria	18.45 19.45 Yin Yoga Gloria	18.30 20.00 Yoga āsana, prāṇāyāma, meditazione Simone	18.30 19.45 Hatha Yoga Gloria		
			20.00 21.15 Vinyasa Flow Simone G.		