





ORARIO SETTIMANALE

Vi proponiamo

Hatha Yoga

Gyrotonic Expansion System®

Massaggio sportivo e benessere

Pilates Mat - Work

Yoga per bambini e adolescenti

Yoga in Gravidanza

Yoga 60+

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
	9.30 – 10.45		9.30 – 10.45	9.30 – 10.45	
	Pilate Mat-Work 13.30 – 14.30			Pilate Mat-Work 13.30 – 14.30	
Hatha Yoga 18.00 – 19.15		Hatha Yoga 18.00 – 19.15		Hatha Yoga 18.00 – 19.15	
		Pilates Mat Work 19.00 – 20.00			
		terapia/creative 20,15-21,30			

Offriamo lezioni settimanali con flessibilità nella scelta degli orari e delle frequenze.

La pratica è aperta a tutti i livelli ed età, con insegnanti certificati.

A richiesta **sessioni private** di Gyrotonic Expansion System®, Pilates, Yoga, Yoga in Gravidanza e Massaggi.

Per informazioni sui corsi, iscrizioni & appuntamenti:

Hanna: +39 349 53 23 637

Segreteria Opus Ballet: +39 055 23 35 138

www.opusballet.it balance@opusballet.it

VIA UGO FOSCOLO, 6 (Porta Romana) - FIRENZE