

centro:

## Modena Palazzo dello Sport

VALIDO DAL: 07/01/2026

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
07:00				Yoga livello base Rita Neri			
09:00	Yoga livello base Nicoletta Borsari	Yoga dolce Nicoletta Borsari	Vinyasa livello unico Nicoletta Borsari	Yoga livello base Rita Neri	Yoga dolce Nicoletta Borsari	Yoga livello unico Rita Neri	
10:00						Respirazione/meditazione Rita Neri	
10:15		Yoga livello unico Rita Neri	Yoga Post Parto Nicoletta Borsari		Yoga livello unico Rita Neri		
10:30	Yoga livello 2 Marco Barbieri			Yoga livello 2 Marco Barbieri			
10:45						Yoga per lo sport Rita Neri	
13:00	Yoga livello 1 Marco Barbieri	Yoga livello 1 Antonio Verderami	Yoga livello base Rita Neri	Yoga livello 1 Marco Barbieri	Yoga livello base Rita Neri		
14:30			Yoga livello unico Nicoletta Borsari			Vinyasa livello 1 Nicoletta Borsari	
16:15	Yoga dolce Nicoletta Borsari			Yoga dolce Nicoletta Borsari			
17:15		Posturale Rita Neri					
17:30	Yoga livello unico Nicoletta Borsari			Yoga livello unico Nicoletta Borsari	Posturale Rita Neri		
18:30		Yoga livello 2 Marco Barbieri					Yoga livello unico* Marco Barbieri
18:40	Vinyasa livello 1 Rita Neri		Yoga livello base Antonio Verderami	Yoga livello 1 Rita Neri	Yoga livello base Antonio Verderami		
19:45		Yoga livello base* Marco Barbieri					
19:50	Yoga livello base Rita Neri		Yoga livello 1 Antonio Verderami	Yoga livello base Rita Neri	Yoga livello unico Antonio Verderami		

Gli orari possono subire variazioni senza alcun preavviso. Verificare con la prenotazione della lezione (su [WWW.NARAYANA.IT](http://WWW.NARAYANA.IT)) l'esistenza della stessa.