

Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
06:45		Risveglio Articolare Monica Zoboli		Risveglio Articolare Monica Zoboli			
09:30	Allenamento Neuromuscolare Valerio Spinelli		Allenamento Neuromuscolare Valerio Spinelli				
10:30						Livello unico Fabrizio Costacurta	Livello unico Fabrizio Costacurta
12:55	Livello intermedio Valerio Spinelli	Livello unico Marina Fiorucci	Livello base Marina Fiorucci	Livello unico Monica Zoboli	Livello base Valerio Spinelli		
17:00			Respirazione/meditazione Monica Zoboli			Livello base Valerio Spinelli	
17:15					Livello base Valerio Spinelli		
17:40				Posturale Federica Ruggeri			
18:00							Livello unico Fabrizio Costacurta
18:30	Livello intermedio Fabrizio Costacurta	Livello base Mauro Algeri	Livello base Fabrizio Costacurta		Livello Avanzato Valerio Spinelli		
18:50				Livello unico Federica Ruggeri			
19:45	Livello base Fabrizio Costacurta	Livello unico Mauro Algeri	Livello intermedio Fabrizio Costacurta				
19:55				Livello base Federica Ruggeri			

Gli orari possono subire variazioni senza preavviso. Prenotare la lezione (su WWW.NARAYANA.IT) per verificarne l'esistenza.