

SEMINARI YOGA E MEDITAZIONE TAOISTA
MARZO-APRILE 2010
Dall' 8 Marzo al 6 Aprile 2010

YOGA-1 livello

- Lunedì 8, mercoledì 10, venerdì 12 , dalle 20.15 alle 23.15
- Sabato 13, Domenica 14, Domenica 21 dalle 10.00 alle 13.00
- Mercoledì 24, Giovedì 1 Aprile, Martedì 6 Aprile dalle 20.15 alle 23.15

Meditazione Taoista

- Martedì 9 dalle 20.15 alle 23.15 -Sabato 13,dalle 14.30 alle 17.30
- Domenica 14 dalle 14.30 alle 19.30 -Lunedì 15 dalle 20.15 alle 23.15
- Domenica 21 dalle 14.30 alle 17.30 -Lunedì 22, Venerdì 26 dalle 20.15 alle 23.15

Il costo del singolo seminario è
di 240 euro + 20 euro di tessera associativa (per i non soci)
al Centro di Cultura Rishi ANKIDA

MARZO	Lunedì 8	Martedì 9	Mercoledì 10	Giovedì 11	Venerdì 12	Sabato 13	Domenica 14
10.00-13.00	-	-	-	-	-	1° livello YOGA	1° livello YOGA
14.30-17.30	-	-	-	-	-	Med. Taoista	Med. Taoista
17.30-19.30	-	-	-	-	-	-	Med. Taoista
20.15-23.15	1° livello YOGA	Med. Taoista	1° livello YOGA	-	1° livello YOGA	-	-
MARZO	Lunedì 15	Martedì 16	Mercoledì 17	Giovedì 18	Venerdì 19	Sabato 20	Domenica 21
10.00-13.00	-	-	-	-	-	-	1° livello YOGA
14.30-17.30	-	-	-	-	-	-	Med. Taoista
17.30-20.30	-	-	-	-	-	-	-
20.15-23.15	Med. Taoista	-	-	-	-	-	-
MARZO	Lunedì 22	Martedì 23	Mercoledì 24	Giovedì 25	Venerdì 26	Sabato 27	Domenica 28
10.00-13.00	-	-	-	-	-	-	-
14.30-17.30	-	-	-	-	-	-	-
17.30-20.30	-	-	-	-	-	-	-
20.15-23.15	Med. Taoista	-	1° livello YOGA	-	Med. Taoista	-	-
MARZO	Lunedì 29	Martedì 30	Mercoledì 31	Giovedì 1	Venerdì 2	Sabato 3	Domenica 4
10.00-13.00	-	-	-	-	-	-	-
14.30-17.30	-	-	-	-	-	-	-
17.30-20.30	-	-	-	-	-	-	PASQUA
20.15-23.15	-	-	-	1° livello YOGA	-	-	-
APRILE	Lunedì 5	Martedì 6					
10.00-13.00	-	-					
14.30-17.30	PASQUETTA	-					
17.30-20.30	-	-					
20.15-23.15	-	1° livello YOGA					



Centro di Cultura Rishi ANKIDA, Via Gentilino 11 (cortile int.)
20136 Milano (Zona Ticinese-Corso S. Gottardo) Tel. 02 39540690 - 392 6360940
www.ankida.it - info@ankida.it