



CENTROBENE
yoga e salute naturale

PROGRAMMA CORSI

SETTEMBRE - 2020 (7.0)

Martedì	09:30 - 10:30	Automassaggio e Cura di Sè
	11:00 - 12:30	Yoga in Gravidanza* con Simran
Mercoledì	07:15 - 08:45	Kundalini Yoga con Jap Kirtan
	11:00 - 12:30	Yoga Mamma-Bimbo con Simran
	18:30 - 20:00	Kundalini Yoga con Simran
Giovedì	09:30 - 11:00	Kundalini Yoga Donne con Simran
	15:00 - 16:30	Kundalini Yoga con Simran
	17:00 - 18:00	Allineamento Posturale BONES FOR LIFE®
	19:00 - 20:30	Kundalini Yoga Avanzati con Simran

seguiamo sempre le misure di prevenzione: sanificazione, mascherine, distanza di sicurezza...

* giorni ed orari possano variare in base ai gruppi, contattaci per gli aggiornamenti

CORSO DI SAT NAM RASAYAN® Livello 1 & Livello 2

nel weekend, per le date e informazioni: www.centrobene.com/sat-nam-rasayan

INDIVIDUALI per lezioni o cure individuali contattare Simran Kaur: 348 2503544

EVENTI SPECIALI presentati via email ai soci e aggiornati nel blog sul nostro sito

Via C. Baruzzi 1² D
40138 Bologna
tel 051 1998 3310
info@centrobene.com
www.centrobene.com

ASSOCIAZIONE CULTURALE CENTROBENE
Direttrice: Simran Kaur