



ORARI LEZIONI

Le lezioni di gruppo sono aperte a tutti, per un numero massimo di 10 partecipanti per lezione.

È **necessario prenotare** le lezioni in anticipo tramite l'**app SportClubby**, scaricabile su iOS e Android cliccando [qui](#).

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	Yoga Online 06:00 – 07:00 <i>James & Sean</i>			
Yoga Classico 09:00 – 10:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 08:45 – 09:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Classico 09:00 – 10:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 08:45 – 09:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 08:45 – 09:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>
Lezione individuale 10:45 – 11:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 10:45 – 11:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 10:45 – 11:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 10:45 – 11:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 10:45 – 11:40 <i>James J. Eruppakkattu</i>
Yoga Classico 13:00 – 14:00 <i>James Eruppakkattu</i>		Yoga Classico 13:00 – 14:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 13:00 – 14:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Classico 13:00 – 14:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>
	Lezione individuale 14:15 – 15:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>		Lezione individuale 14:15 – 15:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>	
	Lezione individuale 15:15 – 16:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>		Lezione individuale 15:15 – 16:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 15:15 – 16:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>
	Yoga Classico 18:30 – 19:30 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Classico 17:15 – 18:15 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Online 18:00 – 19:00 <i>James & Sean</i>	Lezione individuale 17:15 – 18:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>
	Yoga Classico 20:00 – 21:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Classico 18:45 – 19:45 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Nidra 19:30 – 20:30 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Lezione individuale 18:15 – 19:10 <i>James J. Eruppakkattu</i>
Kalari Yoga 21:00 – 22:00 <i>Sean Eruppakkattu</i>		Kalari Yoga 20:15 – 21:15 <i>Sean Eruppakkattu</i>	Meditazione 21:00 – 22:00 <i>James J. Eruppakkattu</i>	Yoga Classico 20:15 – 21:15 <i>James J. Eruppakkattu</i>

***LEZIONI INDIVIDUALI**: sono pensate per singoli o per piccoli gruppi (fino a 3 persone). La **prenotazione è obbligatoria**, è necessario contattare il maestro James telefonicamente o su WhatsApp al seguente recapito telefonico: 334 3094767. È possibile concordare altri orari di lezione.