





| | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | DOMENICA |
|-------------------|---|--|---|---|
| | <p>Corso Yoga per adulti</p>  | <p>Corso Yoga per adulti</p>  | <p>Corso Yoga per adulti</p>  | <p>Corso Yoga per adulti</p>  |
| | 6510 Chironico Palestra Centro Comunale | 6500 Bellinzona Residenza Zorzi Via F. Zorzi 15A | 6500 Bellinzona Residenza Zorzi Via F. Zorzi 15A | 6775 Ambri ASSOCIAZIONE LA FENICE Scuole Medie |
| | 18.45 – 19.30 | 18.15 – 19.30 | 18.30 – 19.45 | 09.30 – 10.45 |
| | 15 lezioni da 1h 15 | 17 lezioni da 1h 15 | 10 lezioni da 1h 15 | 16 lezioni da 1h 15 |
| Date Corsi | Inizio Lunedì 16 gennaio | Inizio Martedì 24 gennaio | Inizio Mercoledì 15 marzo | Inizio Domenica 18 febbraio |
| Gennaio | 16 / 23 / 30 | 24 / 31 | | |
| Febbraio | 6 / 13 / 20 | 7 / 14 / 21 | | 19 / 26 |
| Marzo | 6 / 20 / 27 | 7 / 14 / 21 / 28 | 15 / 22 / 29 | 5 / 12 / 19 / 26 |
| Aprile | 3 / 10 / 24 | 4 / 11 / 25 | 5 / 26 | 23 |
| Maggio | 8 / 15 / 22 | 2 / 9 / 16 / 23 / 30 | 3 / 10 / 17 / 24 / 31 | 7 |
| Giugno | | | | |
| | CHF 300 | CHF 340 | CHF 200 Lezione di prova gratuita | CHF 150 (11 lezioni) Ciclo di 15 lezioni da settembre 2016 |