

# OLISTIC TRAINING

## CORSO DI PILATES E YOGA

lunedì e mercoledì 9.15/10.15 Pilates  
lunedì e mercoledì 10,30/11.30 Pilates

Il corso avrà inizio lunedì 19 aprile, termina il 25 giugno

**martedì 19/20 Pilates Barre**  
**giovedì 19/20 Yoga**

Il corso avrà inizio martedì 20 aprile, termina il 25 giugno

Le lezioni saranno svolte all'aperto sul terrazzo panoramico 4 lati piscina 25, in caso di maltempo sul terrazzo - Veranda sopra Bar

**I corsi avranno inizio a un minimo di 3 partecipanti e massimo 8!**

Sarà possibile accedere ai corsi con certificato medico valido nell'anno in corso, con mascherina fino al raggiungimento della propria postazione e con il materassino personale.

Per informazioni e prenotazioni rivolgersi alla segreteria.

**Namastè a tutti!**

L'istruttrice sarà Paola Invernizzi, nostra collaboratrice da 13 anni.