

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2019-2020

ΝΕΔΑ YOGA SHALA



ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
	9:30 - 11:00 HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 2, 3		9:30 - 11:00 HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 2, 3			
11:00 - 12:30 HATHA FLOW Παναγιώτα Κωστάμη Level 1, 2, 3	11:15 - 12:45 HATHA YOGA Έφη Ψιαχούλια Level 1, 2, 3	11:00 - 12:30 GENTLE HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 1	11:15 - 12:45 HATHA YOGA Έφη Ψιαχούλια Level 1, 2, 3	11:00 - 12:30 GENTLE HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 1		
17:30 - 19:30 HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 1, 2, 3		17:30 - 19:30 HATHA YOGA Αναστασία Μπιλίρη Level 1, 2, 3	17:00-18:30 HATHA YOGA Έφη Ψιαχούλια Level 2, 3			
				18:30 - 20:00 HATHA FLOW Παναγιώτα Κωστάμη Level 1, 2, 3		
	20:15 - 21:30 HATHA FLOW Παναγιώτα Κωστάμη Level 1, 2, 3		20:15 - 21:30 HATHA FLOW Παναγιώτα Κωστάμη Level 1, 2, 3	20:15-21:45 ΧΟΡΩΔΙΑ ΤΩΝ ΣΩΜΑΤΩΝ Γιώργος Γληνός Level 1, 2, 3		