



Sei curioso di conoscere tutte le proposte di Centro natura?

Le settimane dedicate sono in partenza e ti regalano la possibilità di provare gratuitamente* i corsi che preferisci!

*prenotazione obbligatoria

via degli Albari, 4/a | 40126 Bologna | tel 051223331 / 051235643
info@centronatura.it | www.centronatura.it



DAL 20 AL 25 GENNAIO

SETTIMANA DELLA MEDITAZIONE

Meditazione Mente-corpo consapevole, Meditazione Zen, Raja Yoga

Presentazione Tantric Rebirthing giovedì 23 gennaio ore 21.15

DAL 27 GENNAIO AL 1 FEBBRAIO

SETTIMANA DELLA DANZA

Danza bimbi 3-6 anni, Danza contemporanea, Danza Energetica Femminile, Danza Movimento A passo di Luna

Performance danza sabato 1 febbraio 2020 ore 21:00 *Acqua*, con Maria Martinez

DAL 3 AL 8 FEBBRAIO

SETTIMANA DELLO YOGA

Hatha Yoga, Yoga Dolce Yoga Dinamico, Yoga per la colonna vertebrale, Yoga Posturale, Yoga Therapy, Yoga respiro, Raja Yoga, Yoga in gravidanza, Yoga bimbi, Mum & baby Yoga

DAL 10 AL 15 FEBBRAIO

SETTIMANA DELLE GINNASTICHE OCCIDENTALI

Pilates, Garuda Barre, Ginnastica Posturale, Metodo Feldenkrais®, In forma con Pino, Stretching, Biodanza®, Ginnastica Posturale Expeditus, Ossa per la vita®, Pancafit®, A.M.A. per Parkinson e Lombalgia.

Inizio nuovo ciclo Pancafit giovedì 13 febbraio ore 18:45 e ore 20:00

Presentazione Biodanza giovedì 13 febbraio ore 20:30

DAL 17 AL 22 FEBBRAIO

SETTIMANA DELLE ARTI ORIENTALI

Judo bimbi, Judo Formazione >11anni, Ki Aikido, Qi Gong Dinamico e Interno, Qi Gong del Risveglio, Qi Gong Shenkong, Tai Ji Quan, Spada Giapponese