CENTRONATURA
BOLOGNA

ORARI E TARIFFE LEZIONI GIUGNO 2020

corsi in sede dal 3 giugno
no lezione 2 giugno

YOGA BASE+INTERMEDI

mensile solo online fino a 3 lezioni settimanali € 40
mensile solo online tutte le lezioni € 60
mensile 1 lezioni settimanali in sala + 2 online € 46
mensile 2 lezioni settimanali in sala + tutte le lezioni online € 70

Dinamico base + intermedi	Gabriella Gamberini	lun-gio	7:30	solo online
Base + intermedio	Daniela Lodi	sabato	10:00	solo online
Mum & Baby yoga	Barbara Donati	lunedì	11:00	solo online
Dolce base + intermedi	Barbara Donati	giovedì	11:45	solo online
Base + intermedi	Barbara Donati	lunedì	13:00	solo online
Base + colonna vertebrale + posturale + intermedi	Gabriella Gamberini	mercoledì	16:00	online e in sede
Base + colonna vertebrale + intermedi	Simona Ramazzotti	martedì	17:30	online e in sede
Base + colonna vertebrale + posturale + intermedi	Gabriella Gamberini	venerdì	17:30	online e in sede
Base + posturale + intermedi	Cinzia Magagni	giovedì	18:30	online e in sede
Base + intermedi	Daniela Lodi	mar-ven	18:30	online e in sede
Base + Intermedi	Barbara Donati	lunedì	19:00	solo online
Base + Intermedi	Barbara Donati	mercoledì	19:00	online e in sede
Base + posturale + intermedi	Cinzia Magagni	lunedì	20:00	online e in sede
Base + intermedi	Simona Ramazzotti	giovedì	20:00	online e in sede
Dinamico intermedi	Simona Ramazzotti	venerdì	7.30	online e in sede
Intermedi	Cinzia Magagni	lunedì	18:30	online e in sede
Intermedi	Ramazzotti/Gamberini	mar-ven	19:00	online e in sede

YOGA SIMONETTA CINELLI

mensile yoga therapy 1 lezione settimanale € 52
mensile yoga therapy 2 lezioni settimanali € 78
mensile base + intermedi 1 lezione settimanale € 46

Yoga Therapy	lezione da h 1,30	Cinelli	martedì	11:00	solo in sede
Yoga Base+ Intermedi		Cinelli	mercoledì	13:00	solo in sede
Yoga Therapy	lezione da h 1,30	Cinelli	venerdì	10:30	solo in sede

GINNASTICA POSTURALE/FELDENKRAIS

mensile 1 lezione settimanale in sala + 2 lezioni online € 56
mensile 2 lezioni settimanali in sala + tutte le lezioni online € 88
mensile solo online 1 lezione settimanale € 40
mensile solo online 2 lezioni settimanali € 50
mensile solo online tutte le lezioni € 80

Ginnastica Posturale	Silvia Nannetti	lunedì	10:45	online e in sede
Ginnastica Posturale	Silvia Nannetti	martedì	13:30	online e in sede
Ginnastica Posturale	Silvia Nannetti	martedì	18:00	online e in sede
Ginnastica Posturale	Silvia Nannetti	giovedì	10:45	online e in sede
Feldenkrais	Silvia Nannetti	martedì	10:45	online e in sede
Feldenkrais	Silvia Nannetti	mercoledì	18:00	online e in sede

PILATES

IN SALA
mensile 1 lezione settimanale + tutte le lezioni online € 40
mensile 2 lezioni settimanali in sala + tutte le lezioni online € 66
SOLO ONLINE
mensile solo online 2 lezioni settimanali € 40
mensile tutte le lezioni € 60

Pilates	Marta Miniucchi	mar-gio	11:00	solo online
Pilates	Alessandro Fattorini	lun-gio	18:00	online e in sede
Pilates	Edoardo Fabbri	mar-ven	19:30	online e in sede

A.M.A.

mensile 1 lezione settimanale € 30

A.M.A. Lombalgia	Martina Delprete	martedì	16:45	online e in sede
A.M.A. Parkinson	Martina Delprete	martedì	15:30	solo in sede

STRETCHING

mensile 1 lezione settimanale in sede + online € 40
mensile 1 lezione settimanale solo online € 30

Stretching	Daniele Galli	venerdì	17:00	online e in sede

QI GONG/BASTONE LUNGO

mensile 2 lezioni settimanali solo online + registrazioni € 60

Qi Gong/Bastone lungo lezione da h 2,00	Barbara Gasparroni	martedì	18:15	solo online
	Barbara Gasparroni	venerdì	10:00	solo online

DANZA CONTEMPORANEA

mensile solo online (lezione da h 1,30) € 50
mensile in sala (lezione da h 2 circa) € 50

Danza contemporanea	Martina Delprete	martedì	18:15	online e in sede

IN FORMA CON PINO

IN SALA
mensile 1 lezione settimanale + tutti i link delle lezioni online € 40
mensile 2 o più lezioni settimanali in sala + tutti i link delle lezioni online € 66
SOLO ONLINE
mensile 2 lezioni settimanali € 40
mensile tutte le lezioni € 60

In forma con Pino	Pino Cuscini	lun-gio	7:30	solo online
In forma con Pino	Pino Cuscini	mer-ven	15:30	online e in sede
In forma con Pino	Pino Cuscini	lun-gio	19:30	online e in sede

JUDO

IN SALA
mensile 1 lezione settimanale + tutti i link delle lezioni online € 40
mensile 2 lezioni settimanali in sala + tutti i link delle lezioni online € 66
SOLO ONLINE
mensile solo online 2 lezioni settimanali € 40
mensile tutte le lezioni € 60

Judo 6/9 anni	Pino Cuscini	lunedì	16:45	online e in sede
Judo 6/9 anni	Pino Cuscini	mercoledì	17:30	online e in sede
Judo 6/9 anni	Pino Cuscini	venerdì	17:30	online e in sede
Judo > 10 anni	Pino Cuscini	lun-gio	18:15	online e in sede

info@centronatura.it **www.centronatura.it**

Centro Natura centronaturabologna