

**OPEN DAY**  
10 e 11 SETTEMBRE 2016



**KRIYA YOGA**

**Frazione Busca 55/a • MEZZANINO (PV)**

**0385 241925 • [info@kriyayogapv.it](mailto:info@kriyayogapv.it) • [www.kriyayogapv.it](http://www.kriyayogapv.it)**

## SABATO 10 SETTEMBRE • ATTIVITÀ PER ADULTI

ORE	SALA 1	SALA 2	SALA 3
9,00	GINNASTICA DOLCE	KRIYA YOGA	KINESIS*
10,00	CORE DANCE	AI-JUTSU	KINESIS*
11,00	DANZA MEDIORIENTALE	HATHA YOGA	CORSO AUTODIFESA (presentazione)
15,00	HATHA YOGA	AI-JUTSU	KINESIS*
16,00	ALLENAMENTO FUNZIONALE	RIEDUCAZIONE POSTURALE	KINESIS*
17,00	HATHA YOGA	AI-JUTSU	KINESIS*
18,00	Coffee break		

\*KINESIS : LEZIONI SU PRENOTAZIONE (max 4 persone)  
la lezione prevede l'utilizzo di attrezzature Tecnogym



## DOMENICA 11 SETTEMBRE • ATTIVITÀ PER BAMBINI

ORE	SALA 1	SALA 2
10,00	PSICOMOTRICITÀ 3...5 anni	YOGA 6...10 anni
11,00	VINGTSUN EVTf 5...12 anni	Propedeutica alla GINNASTICA ARTISTICA 6...10 anni

### CONSULENZA MEDICA

#### Sport terapia . Riabilitazione

#### Indicazioni nutrizionali . Agopuntura

In entrambe le giornate è possibile prenotare un incontro con la Dott. **Anna Mattarozzi** per studiare un percorso personalizzato finalizzato al raggiungimento di obiettivi specifici

**LE ATTIVITÀ SI SVILUPPERANNO ANCHE NEL GRANDE PARCO DEL CENTRO**  
prenotazioni e informazioni : **0385 241925 • info@kriyayogapv.it**