



Associazione Hara Yoga Dojo Sheegana

Il Dojo Sheegana è disponibile ad ospitare corsi, seminari ed iniziative nel weekend e durante la settimana al di fuori degli orari già impegnati dalle lezioni.

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
	Esterna 10:00-11:30		Interna 10:00-11:30			
	Interna 13:00-14:00		Esterna 13:00-14:00			
Danza 18:30-20:00	Interna 18:30-20:00	Meditazione 18:30-20:00	Voce e Mantra 18:30-20:00			
Marziale 20:00-21:30	Bastone 20:00-21:30	Interna 20:00-21:30	Esterna 20:00-21:30			



Informazioni tecniche:

- 250 mq totali
- Spazio di pratica con tatami 104 mq
- Impianto stereo
- 40 sedie pieghevoli
- 36 zafu (cuscini da meditazione)
- Ampi spogliatoi con docce
- Videoproiettore



linee ATM:
MM2 Sant'Agostino
MM2 P.ta Genova
tram 29/30 (Solari)
tram 14 (Solari)

Un luogo unico, caldo, luminoso,
un ambiente accogliente e pratico
per realizzare la tua iniziativa.