



NUOVO CALENDARIO YOGA 2026/2027

TEATRO MARTINITT Milano, via Pitteri 58

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI MILANO

Insegnante diplomata Tiziana Piacentini

Whatsapp +39 335 6890209

Hatha Yoga Dance Flow Mercoledì 30 settembre lezione OPEN 19.15-20.30

Ogni mercoledì nella sala danza dello spazio Martinitt dalle 19.15 alle 20.30. La lezione su base Hatha Yoga unisce yoga, musica, respiro, danza, filosofia e leggende: con la fluidità dei movimenti della danza e gli asana dello yoga crea un flusso continuo nel ritmo della musica; entra con gentilezza nell'ascolto di sé e delle proprie possibilità, permettendo di esprimere emozioni e sensazioni. Con la meditazione finale si elabora l'esperienza vissuta sul tappetino, contribuendo al benessere generale della persona. La lezione ha sempre un tema come filo conduttore, ricco di spunti e contenuti.

Calendario 2026

Ottobre 7, 14, 21, 28

Novembre 4, 11, 18, 25

Calendario 2027

Le lezioni riprenderanno il 3 Febbraio con termine 26 maggio.

ABBONAMENTO BASE 2026: 8 LEZIONI nel bimestre di riferimento (prezzo al pubblico 160€)

SCONTO UNIMI 15% INSEGNANTI/DIPENDENTI 8 LEZIONI → 136€

SCONTO UNIMI 20% STUDENTI 8 LEZIONI → 128€

ABBONAMENTO BASE 2027: il riferimento è sempre bimestrale con 8 lezioni (Febbraio-Marzo e Aprile-Maggio). Chi si iscriverà a entrambi i bimestri, quindi chi si iscriverà al **quadrimestre** Febbraio-Marzo-Aprile-Maggio avrà uno sconto pari al 25% **cioè 240€ anziché 320€**

Tappettino per l'attività incluso nell'abbonamento, nessuna tessera da sottoscrivere. Richiesto certificato di idoneità fisica. Gruppo WhatsApp dedicato con info e approfondimenti sulle lezioni in corso. In omaggio tessera sconto programmazione Cinema e Teatro Martinitt.