



PALESTRA DELLA MENTE

Mantenimento Mindfulness

GENNAIO 24
DICEMBRE

Palestra della Mente è un corso di mantenimento delle pratiche Mindfulness.

Dedicato a chi ha già praticato e frequentato corsi Mindfulness.

|  DATE e ORARI | CORSO 1 | CORSO 2 |
|--|------------------------------|-----------------|
|  GENNAIO | Martedì 9 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  FEBBRAIO | Martedì 13 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  MARZO | Martedì 12 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  APRILE | Martedì 9 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  MAGGIO | Martedì 14 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  GIUGNO | Martedì 11 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  LUGLIO | _____ | _____ |
|  AGOSTO | _____ | _____ |
|  SETTEMBRE | Martedì 10 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  OTTOBRE | Martedì 8 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  NOVEMBRE | Martedì 12 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |
|  DICEMBRE | Martedì 10 Ore 9,30/11,00 | Ore 18,30/20,00 |

SEDE DEI CORSI Viale Lombardia 16 **Busto Arsizio** (VA)