ABBONAMENTI

MOVIMENTO & BENESSERE

SINGOLO YOGA O TOTAL-BODY

YOGA

Settembre 2026-Giugno 2027

LUNEDÌ

- 06:00 - 7:15
- 15:45 - 17:00
- 17:15 - 18:30

MERCOLEDÌ

- 17:30 - 18:45
- 19:00 - 20:15

TOTAL-BODY

Settembre 2026-Agosto 2027

MARTEDÌ

- 20:00 - 21:00

GIOVEDÌ

- 20:00 - 21:00

Disponibile abbonamento
10 lezioni
200.- Fr

650.- Fr.	900.- Fr.	25.- Fr.
1 lezione a settimana	2 lezioni a settimana	lezione singola (posto non garantito)

Combinato Yoga + Total Body:

- **2 lezioni a settimana,** 1'200.- Fr./y
  1 Yoga e 1 Total-Body
- **3 lezioni a settimana,** 1'350.- Fr./y
  (es. 2 Yoga 1 Total-body / 1 Yoga e 2 Total-body)
- **4 lezioni a settimana,** 1'500.- Fr./y
  2 Yoga 2 Total-Body

MASSAGGIO THAILANDESE

+ 300.- Fr
in combinazione ai corsi

Comprende 5 massaggi da 60 min durante la fascia temporale dei corsi.

MESO PHYSIO

Per ulteriori informazioni contattare

091 827 45 85

segreteriato@mesophysio.ch

Iscrizione yoga (0764885272)

WIR SIND QualiCert ZERTIFIZIERT

NUOVA PROPOSTA

YOGA SOFT + GINNASTICA DOLCE

Roberta Denicolà • Annalisa Faravelli

per il benessere del corpo e della mente.

DURATA LEZIONE
1 ora

GINNASTICA DOLCE È RIVOLTA A TUTTI

Pratiche dolci e sicure, adatte a tutti i livelli di mobilità.

YOGA SOFT

LUNEDÌ ORE 8:45 - 9:45
con Roberta Denicolà

GINNASTICA DOLCE

GIOVEDÌ ORE 11:00 - 12:00
con Annalisa Faravelli

ABBONAMENTI

SINGOLO
YOGASOFT o GINN.DOLCE
600.- Fr/y
1 lezione a settimana

COMBINATO
YOGASOFT + GINN.DOLCE
990.- Fr/y
2 lezioni a settimana

LEZIONE SINGOLA
25.- Fr
Lezione singola
(posto non garantito)

GLI ABBONAMENTI COPRONO
LA FASCIA TEMPORALE
SETTEMBRE 2026 – GIUGNO 2027

MESO PHYSIO

Per ulteriori informazioni contattare
091 827 45 85 •
segreteriato@mesophysio.ch
Iscrizione yoga (0764885272)