

ASSOCIAZIONE SATORI e KI
anno 2020-21

Partecipazione OPEN DAY
e Lezioni Prova GRATUITE
di YOGA e PILATES

al Centro Danza Royal in Via S. Marino n: 89/14 -Torino
info@satorieki.com



<ul style="list-style-type: none"> OPEN DAY: DOMENICA 20 Settembre Disponibilità fino a circa 15 persone per lezione 	H 9.15 Accoglienza e formalità per la frequenza in sicurezza	
Sperimentazione con le insegnanti ALEXANDRA, PAOLA, ELISA, CHIARA	H 9.30 Pilates	Alexandra
	H 10.00 Hata Yoga	Paola
	H 10.30 Yoga Dinamico Ashtanga	Paola
	H 11.15 Pilates	Elisa/ ChiaraDeg
	H 11.45 YogaPilates	Elisa
	H 12.40 circa conclusione	

Per le seguenti LEZIONI la **Disponibilità è di 5 persone per lezione**

<ul style="list-style-type: none"> LEZIONI di Prova : LUNEDI 21 Settembre 	H 19.00 Hata Yoga
Sperimentazioni con PAOLA	H 19.45 Yoga Dinamico Ashtanga

<ul style="list-style-type: none"> LEZIONI di Prova : MARTEDI 22 Settembre 	H 19.00 Pilates
Sperimentazioni con ELISA	H 19.45 YogaPilates
Sperimentazione con ALEXANDRA	H 9.10 Pilates (mattino)
Sperimentazione con CHIARA Deg	H 13.15 Pilates (pranzo)

E' Possibile prenotarsi [fino ad esaurimento posti](#) i quali sono limitati in osservanza delle norme di distanziamento di sicurezza richieste dall'emergenza Covid

NB al momento della Prenotazione verranno inviate via mail le semplici indicazioni da seguire ed il necessario da portare **per la frequenza in sicurezza.**

PRENOTAZIONI a Chiara

info@satorieki.com

347.7283289 - 011.323060

Iscrizioni AUTUNNO 2020 in doppio canale: in presenza e online

E' preferibile che [partecipino online](#) gli allievi già iscritti in passato che conoscono le nostre insegnanti e hanno [familiarità con movimenti e posizioni](#), o le persone che praticano da tempo Yoga o Pilates.

E' invece consigliata la [frequenza di persona ai nuovi iscritti "alla prima esperienza"](#), poiché è necessario siano seguiti da vicino per evitare posture scorrette.

Essendo al momento i **posti in presenza limitati a 5 persone** per l'emergenza Covid, molti nostri allievi, che ringraziamo, sono stati disponibili a frequentare online lasciando il posto di presenza ai nuovi iscritti e a chi non può frequentare online.

QUOTE di PARTECIPAZIONE dal 28 Settembre al 23 Ottobre 2020

Data la situazione ancora incerta **la possibilità di Iscrizione è al momento di un mese**

In presenza fisica:	Online su piattaforma Zoom
4 lezioni (frequenza settimanale): 52€	4 lezioni (frequenza settimanale): 35€
8 lezioni (frequenza bisettimanale): 90€	8 lezioni (frequenza bisettimanale): 60€
8 lezioni (bisettimanale definendo l' alternanza fra una lezione in presenza + una online : 75€	

Quota di iscrizione ed assicurazione annuale all'Associazione SATORI e KI : 25€

ISCRIZIONI: in caso di soddisfazione della LEZIONE di PROVA, si consiglia di essere pronti ad effettuare al momento il versamento (in contanti o assegno bancario) per l'iscrizione di questo mese + la quota associativa. Essendo pochi i posti disponibili NON potranno essere riservati.

Al raggiungimento del numero minimo, i **Corsi inizieranno dalla settimana del 28 SETTEMBRE**.
Le date precise per **ogni singolo corso/orario** verranno comunicate agli iscritti di ogni corso.

ORARI LEZIONI - Associazione SATORI e KI Settembre 2020

<i>Calendario corsi</i>	<i>Settembre 2020/21</i>	
GIORNI E ORARI	DISCIPLINA	INSEGNANTE
LUNEDI h 18.15	YOGA	PAOLA
LUNEDI h 19.15	YOGA	PAOLA
LUNEDI h 20.15	ASHTANGA YOGA	PAOLA
MARTEDI h 9.10	PILATES	ALEXANDRA
MARTEDI h 13.30	PILATES	CHIARA Deg
MARTEDI h 18 /18.15	PILATES	ELISA
MARTEDI h 19.15	PILATES	ELISA
MARTEDI h 20.15	YOGA/PILATES	ELISA
GIOVEDI h 13.15	PILATES	ELISA
GIOVEDI h 19	YOGA	ELISA
GIOVEDI h 20	YOGAPILATES	ELISA
VENERDI circa h 19.30	YOGA/PILATES	ELISA

P.S. Per necessità organizzative del Centro Royal, l'orario di qualche corso potrebbe variare di 15 minuti – Nuovi corsi si potranno inserire a seguito di richieste.

Per qualsiasi informazione siete invitati a contattare la Segreteria dell'Associazione via mail o ai numeri qui di seguito indicati. Grazie!

Associazione SATORI e KI - Chiara Benini
 presso Centro Danza Royal- Via San Marino 89/14 - 10137 Torino – Zona S. Rita
info@satorieki.com 347.7283289 011.323060
 sito internet www.satorieki.com