



[www.saktiyoga.it](http://www.saktiyoga.it)

*“Un nuovo percorso per il benessere del corpo e l'equilibrio della mente”*

## PROPOSTE CORSI ANNO 2025 - 26

### Lunedì

19:00 Pilates (corso in presenza)  
20:10 Pilates (corso in presenza)

### Mercoledì

19:15 Piloga (corso in presenza)  
20:20 Pilates (corso in presenza)

### Venerdì

19:00 Vinyasa Yoga (corso in presenza)

### Martedì

19:00 Piloga (corso in streaming)  
19:00 Hatha Yoga Flow (corso in presenza)  
20:10 Ashtanga Yoga (corso in presenza)

### Giovedì

19:00 Hatha Yoga (corso in presenza)  
20:15 Odaka Yoga (corso in presenza)

### Sabato

10:00 Yoga Postural (corso in presenza) **NEW**

Inizio corsi: 15/09/2025  
Fine corsi: 30/06/2026  
**Per informazioni:**  
T. 348.9034212  
[segreteria@saktiyoga.it](mailto:segreteria@saktiyoga.it)

Contattaci per una  
❖ LEZIONE DI PROVA ❖



**SAKTI YOGA a.s.d. – Via Sarzana, 40 - 20159 Milano – CF 97637150158**



@associazionesaktiyoga



saktiyogamilano