

CORSO DI MINDFULNESS

Le lezioni in presenza si tengono a Lugano, presso il Canvetto Luganese in via R. Simen 14b. Per le lezioni online occorre un pc/tablet dotato di connessione internet, webcam e microfono.

Giorno	Orario	Modalità
Sabato 18 marzo	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Giovedì 23 marzo	19:00-22:00	Online
Giovedì 30 marzo	19:00-22:00	Online
Sabato 1 aprile	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Domenica 2 aprile	09:00-13:00	Online
Giovedì 4 maggio	19:00-22:00	Online
Sabato 13 maggio	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Domenica 14 maggio	09:00-13:00	Online
Giovedì 25 maggio	19:00-22:00	Online
Sabato 27 maggio	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Sabato 3 giugno	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Giovedì 15 giugno	19:00-22:00	Online
Sabato 17 giugno	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza
Sabato 24 giugno	09:00-12:30/13:30-18:00	Presenza

In casi eccezionali la direzione si riserva il diritto di apportare delle modifiche al calendario.