

## Monotematico Training Autogeno GIOVE SEZ C - dal 09/01/25 al 19/10/25

	18h00 22h00	9h00 13h00	14h00 18h00	9h00 13h00	14h00 18h00
16h00	giovedì 9 gennaio 2025	sabato 11 g	ennaio 2025	domenica 12	gennaio 2025
101100		Training Autogeno Lezione 1, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 2, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 3, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 4,Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)
4h00	giovedì 16 gennaio 2025	sabato 18 g	ennaio 2025	domenica 19	gennaio 2025
	Training Autogeno Lezione 5, Online 1	1			
4h00	giovedì 23 gennaio 2025  Training Autogeno Lezione 6, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	sabato 25 g	ennaio 2025	domenica 26	gennaio 2025
4h00	giovedì 30 gennaio 2025	sabato 1 fel	nhrain 2025	domenica 2 f	ehhrain 2025
	Training Autogeno Lezione 7, Online 1	Subuto 1 101	551410 2020	domeniou 2 i	CODITATO 2020
4h00	giovedì 6 febbraio 2025	sabato 8 fel	obraio 2025	domenica 9 f	ebbraio 2025
	Training Autogeno Lezione 8, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				
4h00	giovedì 13 febbraio 2025	sabato 15 fe	bbraio 2025	domenica 16	febbraio 2025
	Training Autogeno Lezione 9, Online 1				
4h00	giovedì 20 febbraio 2025	sabato 22 fe	bbraio 2025	domenica 23	febbraio 2025
	Training Autogeno Lezione 10, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				
4h00 4h00	giovedì 27 febbraio 2025	sabato 1 m	narzo 2025	domenica 2	
	Training Autogeno Lezione 11, Online 1	< <sup>6</sup> < <sup>6</sup> < <sup>6</sup> < <sup>6</sup> < <sup>6</sup>	५ <sup>65</sup> ५ <sup>65</sup> ५ <sup>65</sup>	403 403 403 403	462 462 462
	giovedì 13 marzo 2025	sabato 15 r	narzo 2025	domenica 16	marzo 2025
	Training Autogeno Lezione 12, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				
4h00	giovedì 20 marzo 2025  Training Autogeno Lezione 13, Online 1	sabato 22 r	narzo 2025	domenica 23	marzo 2025
4h00	<u> </u>	achata 20 r	marza 2025	damaniaa 20	morae 2025
	giovedì 27 marzo 2025  Training Autogeno Lezione 14	sabato 29 r	11a120 2025	domenica 30	marzo 2025
4h00 4h00	giovedì 3 aprile 2025	sabato 5 a	nrile 2025	domenica 6	anrile 2025
	Training Autogeno Lezione 15, Online 1	Subuto 6 d	DING 2020	domenia	артно 2020
	giovedì 10 aprile 2025	sabato 12	aprile 2025	domenica 13	3 aprile 2025
	Training Autogeno Lezione 16, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				'
	giovedì 24 aprile 2025	sabato 26	aprile 2025	domenica 27	7 aprile 2025
20h00 4h00	Training Autogeno Lezione 17, Online 1				
	giovedì 8 maggio 2025	sabato 10 m	naggio 2025	domenica 11	maggio 2025
	Training Autogeno Lezione 18, Online 1	Training Autogeno Lezione 19, Aula 3 Breganzona (Magna)	Training Autogeno Lezione 20, Aula 3 Breganzona (Magna)	Training Autogeno Lezione 21, Aula 3 Breganzona (Magna)	Training Autogeno Lezione 22, Aula 3 Breganzona (Magna)
	giovedì 22 maggio 2025	sabato 24 m	naggio 2025	domenica 25	maggio 2025
41100	Training Autogeno Lezione 23, Online 1				
4h00	giovedì 5 giugno 2025	sabato 7 gi	ugno 2025	domenica 8	giugno 2025
	Training Autogeno Lezione 24, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	anhata 44 a	i	damaniaa 45	nin. 2005
4h00	giovedì 12 giugno 2025  Training Autogeno Lezione 25, Online 1	sabato 14 g	liugno 2025	domenica 15	giugno 2025
16h00	giovedì 4 settembre 2025	sabato 6 set	tembre 2025	domenica 7 se	attembre 2025
	giovedi + settembre 2020	Training Autogeno Lezione 26, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 27 Auta 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 28, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 29, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)
	giovedì 11 settembre 2025	sabato 13 se		domenica 14 s	
	Training Autogeno Lezione 30, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	300010 10 00		domonio in o	0.00
4h00	giovedì 18 settembre 2025	sabato 20 se	ttembre 2025	domenica 21 s	ettembre 2025
	Training Autogeno Lezione 31, ONLINE				
4h00	giovedì 25 settembre 2025	sabato 27 se	ttembre 2025	domenica 28 s	ettembre 2025
	Training Autogeno Lezione 32, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				
	giovedì 2 ottobre 2025	sabato 4 ot	tobre 2025	domenica 5	ottobre 2025
4h00	Training Autogeno Lezione 33, ONLINE				
	giovedì 9 ottobre 2025	sabato 11 o	ttobre 2025	domenica 12	ottobre 2025
16h00	Training Autogeno Lezione 34, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)				
	giovedì 16 ottobre 2025	sabato 18 o		domenica 19	
		Training Autogeno Lezione 35, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 36, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Esame Finale, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)	Training Autogeno Lezione 38, Aula 5 Breganzona (Verde Multiuso)

