

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09.10	GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE		GINNASTICA DOLCE	GINNASTICA DOLCE	
10.00	GINNASTICA DOLCE			GINNASTICA DOLCE		
17.00						
17.50		ACQUA GYM		ACQUA GYM		

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.

\* Causa Covid 19 alcuni corsi potrebbero subire qualche modifica.



**Orario dei Corsi  
fino al 30/06 2023**

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10.00						
10.10		GINNASTICA DOLCE			GINNASTICA DOLCE	
13.00		PILATES	BODY FLYING	PILATES		
18.00	POSTURAL EVOLUTION		POSTURAL EVOLUTION			
19.00	INTERVAL TRAINING		INTERVAL TRAINING			
19.10					PILATES BODY FLYING	
19.30		BODY FLYING		BODY FLYING		
20.00	PILATES		PILATES			

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10.00						
13.00	CROSS TRAINING		CROSS TRAINING			
17.00						
18.30	ALLENAMENTO FUNZIONALE		ALLENAMENTO FUNZIONALE			
19.25	ALLENAMENTO FUNZIONALE		ALLENAMENTO FUNZIONALE			
20.20	ALLENAMENTO FUNZIONALE		ALLENAMENTO FUNZIONALE			

Le lezioni dei corsi sono da 50 minuti.