ORARI LEZIONI 2021/2022

Tutte le lezioni hanno una durata di 50 minuti e dovranno essere prenotate in segreteria allo **051 548587** oppure tramite messaggio **whatsapp** al **348 9143415**

ORE	LUNEDI'			MARTEDI'			MERCOLEDI'			GIOVEDI'			VENERDI'			SABATO		
	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3	SALA 1	SALA 2	SALA 3
9.00																PILATES		
9.30							POSTURALE dal 8/06											
10.00					PILATES STRETCH						GINNASTICA DOLCE							
10.30																		
11																		
11.30																		
12.30																		
13																		
15.30																		
16																		
16.30																		
17																		
17.30													POSTURALE					
18	PILATES avanzato																	
18.30					FUNCTIONAL GAG			TOTAL BODY										
19	TRX training			PILATES						TOTAL BODY								
19.30								POSTURALE avanzato										
20		Kung Fu adulti								PILATES avanzato	Kung Fu adulti							
20.30																		
21																		