



ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00 - 09:30	GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Paola			GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Paola		
09:30 - 10:00			AFA PARKINSON Silvia			AFA PARKINSON Silvia
10:00 - 10:30	GINNASTICA CON METODO PILATES Paola			GINNASTICA CON METODO PILATES Paola		
10:30 - 11:00						
11:00 - 11:30	GINNASTICA POSTURALE Paola	AFA LOMBALGIA Erika		GINNASTICA POSTURALE Paola	AFA LOMBALGIA Erika	
11:30 - 12:00						
12:00 - 12:30						
12:30 - 13:00						
13:00 - 13:30		CORE WORK Massimo		CORE WORK Massimo		
13:30 - 14:00						
14:00 - 14:30	GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Erika			GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Erika		
14:30 - 15:00						
15:00 - 15:30	GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Erika			GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Erika		
15:30 - 16:00						
16:00 - 16:30						
16:30 - 17:00						
17:00 - 17:30						
17:30 - 18:00						
18:00 - 18:30	DANCE FITNESS Greta	GINNASTICA POSTURALE Paola	DANCE FITNESS Greta	GINNASTICA POSTURALE Paola		
18:30 - 19:00						
19:00 - 19:30	GINNASTICA CON METODO PILATES Silvia	CAPOEIRA Henrique	GINNASTICA CON METODO PILATES Silvia	GINNASTICA CON METODO PILATES PROPS Silvia		
19:30 - 20:00						
20:00 - 20:30		TAEKWONDO Elisa		TAEKWONDO Elisa		
20:30 - 21:00						
21:00 - 21:30						
20:00 - 20:50	TOTAL BODY Francesca		TOTAL BODY Greta			
20:50 - 21:40	FUNCTIONAL TRAINING Raيمondo		FUNCTIONAL TRAINING Raيمondo			