

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
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		GINNASTICA POSTURALE Paola		DANCE FITNESS Greta	
18:30 - 19:00					
19:00 - 19:30	GINNASTICA CON METODO PILATES Silvia	DANCE FITNESS Greta	GINNASTICA CON METODO PILATES Silvia	GINNASTICA CON METODO PILATES PROPS Silvia	
19:30 - 20:00					
20:00 - 20:30					
20:30 - 21:00		TAEKWONDO Elisa		TAEKWONDO Elisa	
21:00 - 21:30					
20:00 - 20:50	TOTAL BODY Francesca		TOTAL BODY Giulia		
20:50 - 21:40	FUNCTIONAL TRAINING Raimondo		FUNCTIONAL TRAINING Raimondo		