

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
<b>PILATES*</b> 09:30 - 10:30 Ins. Simona Z.	<b>POSTURALE FELDENKRAIS</b> 09:00 - 10:30 Ins. M. Cristina	<b>BALLI DI GRUPPO</b> 09:30 - 10:30 Ins. Simona	<b>PILATES*</b> 09:30 - 10:30 Ins. Simona Z.		<b>POSTURALE FELDENKRAIS</b> 09:00 - 10:30 Ins. M. Cristina
<b>PILATES</b> 14:20 - 15:20 Ins. Stefania	<b>POSTURALE FELDENKRAIS</b> 10:30 - 12:00 Ins. M. Cristina	<b>YOGA</b> 09:30 - 10:30 Ins. Patrizia			
<b>PILATES*</b> 15:20 - 16:20 Ins. Stefania	<b>BALLI DI GRUPPO</b> 16:00 - 17:00 Ins. Simona				<b>MOVIMENTO CREATIVO ADULTI</b> 10:45 - 12:45
<b>PILATES*</b> 18:00 - 19:00 Ins. Simona Z.	<b>YOGA</b> 18:00 - 19:00 Ins. Patrizia	<b>PILATES*</b> 17:30 - 18:30 Ins. Federica	<b>YOGA</b> 18:00 - 19:00 Ins. Patrizia	<b>Cardio-Tone-Pilates*</b> 18:00 - 19:00 Ins. Simona Z.	<b>YOGA</b> 11:00 - 12:00
<b>POSTURALE</b> 18:00 - 19:30 Ins. Isabella	<b>POSTURALE FELDENKRAIS</b> 18:30 - 20:00 Ins. M. Cristina	<b>POSTURALE</b> 18:30 - 20:00 Ins. Isabella	<b>POSTURALE</b> 18:00 - 19:30 Ins. Isabella		

\*ANCHE ON-LINE (info 339 7179584)

# CORSI FITNESS BISETTIMANALI



# ATC

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	<i>GINNASTICA DOLCE</i> 09:00 - 10:00	/		<i>GINNASTICA DOLCE</i> 09:00 - 10:00
<i>FITNESS DOLCE</i> 15:00 - 16:00	<i>FITNESS DOLCE</i> 10:00 - 11:00	/	<i>GINNASTICA DOLCE</i> 15:00 - 16:00	<i>FITNESS DOLCE</i> 10:00 - 11:00
<i>TOTAL BODY*</i> 17:00 - 18:00 Ins. Juliana	<i>GINNASTICA DOLCE</i> 15:00 - 16:00	/	<i>FITNESS DOLCE</i> 16:00 - 17:00	
		/		
	<i>FUNCTIONAL COMBAT</i> 19:00 - 20:00 Ins. Riccardo	/	<i>FUNCTIONAL TRAINING</i> 19:00 - 20:00 Ins. Serena	<i>TOTAL BODY</i> 18:00 - 19:00 Ins. Juliana

**\*ANCHE ON-LINE (info 339 7179584)**