



# CALENDARIO CORSI STAGIONE 2023 - 2024

## PALESTRA FOSSOLO



ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:00 - 09:30		GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Rossana C.		MOVIMENTO CREATIVO Cristina M.	GINNASTICA DOLCE MEMORY TRAINING Rossana C.	
09:30 - 10:00						
10:00 - 10:30						
10:30 - 11:00				GINNASTICA POSTURALE CON ELEMENTI DI FELDENKRAIS Cristina M.		
11:00 - 11:30						
11:30 - 12:00						
12:00 - 12:30						
14:30 - 15:00						
15:00 - 15:30			BALLI DI GRUPPO Giovanna G.			
15:30 - 16:00						
16:00 - 16:30						
16:30 - 17:00	FITNESS Silvia M.		PILATES Silvia M.	FITNESS Silvia M.		
17:00 - 17:30						
17:30 - 18:00	PILATES Silvia M.		PILATES Silvia M.			
18:00 - 18:30					PILATES Federica T.	
18:30 - 19:00	GINNASTICA POSTURALE CON ELEMENTI DI FELDENKRAIS Cristina					
19:00 - 19:30				PILATES Federica T.		
19:30 - 20:00						
18:45 - 20:15			GINNASTICA POSTURALE CON ELEMENTI DI FELDENKRAIS Cristina			
20:00 - 20:30						

