

ORARIO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9:00		GINNASTICA DOLCE 9:00-9:50		PILATES 9:00-9:50	
9:05		STEP CHOREO 9:05-9:55			
9:30	ZUMBA GOLD 9:30-10:20		ZUMBA GOLD 9:30-10:20		
10:00		YOGA 10:00-10:50		GINN. POSTURALE 10:00-10:50	STEP BASIC 10:00-10:50
10:05		ZUMBA FITNESS 10:05-10:55			
10:30	STEP & TONE 10:30-11:20				
13:10	GAG 13:10-14:00			FLEXIBILITY / PILATES FITBALL* 13:10-14:00	
17:10				ZUMBA FITNESS 17:10-18:00	
18:10	ZUMBA FITNESS 18:10-19:00	YOGA 18:10-19:00	PILATES PRO 18:10-19:00	STEP BASIC 18:10-19:00 YOGA 18:10-19:00	PILATES 18:10-19:00
19:00		Snellissima FACILE 19:00-20:00			Snellissima FACILE 19:00-20:00
19:10	PILATES POSTURALE 19:10-20:00	ZUMBA FITNESS 19:10-20:00	STEP CHOREO 19:10-20:00	FITBOXE 19:10-20:00	TOTAL BODY WORKOUT 19:10-20:00
19:40	JUMP TRAINING 19:40-20:30				
20:05	GAG 20:05-20:55			PILATES POSTURALE 20:05-20:55	
20:10		ALL. FUNZIONALE 20:10-21:00 PILATES POSTURALE 20:10-21:00	PILATES BARRE 20:10-21:00	FITPUMP 20:10-21:00	
21:00	Snellissima FACILE 21:00-22:00			Snellissima FACILE 21:00-22:00	

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA TRAMITE WHATSAPP AL 327 309 6584

Entro le ore 20:30 del giorno precedente al corso d'interesse. I corsi si effettuano con minimo 2 prenotazioni.

* Giovedì pari: Flexibility | Giovedì dispari: Pilates Fitball