

CORSI 2021/2022



lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
9.10 Pilates Giulia		9.10 Pilates Giulia		9.10 Pilates Giulia
	10.30 Pilates over 65		10.30 Pilates over 65	
	16.10 Pilates Giulia		16.10 Pilates Giulia	
	17.10 Yoga Arianna		17.10 Yoga Arianna	
	18.05 Pilates Samuela		18.05 Pilates Samuela	
19.10 Pilates Giulia	19.15 Total Body Samnuela	19.10 Pilates Giulia	19.15 Total Body Samnuela	
20.10 Pilates Giulia al completo		20.10 Pilates Giulia al completo		

- Pilates durata lezione: 50 minuti
- Yoga durata lezione: 50 minuti
- Total Body durata lezione: 30 minuti