

SALA URBAN YOGA/FUNZIONALE

dal 25 al 31 Agosto



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO	DOMENICA
	8:30/10:00 VINYASA Carlotta (Min 3)		8:30/9:45 YOGA Carlotta (Min 3)	8:30/10:00 VINYASA Carlotta (Min 3)		
13:30/14:30 ANTIGRAVITY Monia (Min 3)	13:30/14:45 YOGA Andrea (Min 3)		12:30/14:00 VINYASA Andrea (Min 3)	13:30/14:30 ANTIGRAVITY Monia (Min 3)		
18:00/19:00 ANTIGRAVITY Monia (Min 3)	18:30/19:30 CALISTHENICS Alfredo (Min 3)	18:00/19:00 ANTIGRAVITY CIRCUIT Monia (Min 3)	17:30/18:30 PANCAFIT CIRCUIT Monia (Min 3)	17:00/18:30 VINYASA Francesca (Min 3)		
18:30/19:30 PILATES Elena (Min 3)	19:30/20:45 HATHA YOGA Andrea (Min 3)	19:00/20:00 YOGA CORE Carlotta (Min 3)	18:30/20:00 CALISTHENICS BASE Alfredo	18:30/19:30 ANTIGRAVITY Monia (Min 3)		
19:30/20:30 YOGA CORE Francesca (Min 3)		20:00/21:00 PILATES Valeria (Min 3)				

Questo planning riguarda l'attività sportiva e ginnastica finalizzata alla salute, al fitness e alle attività ginnico-motorie.