

LUNEDÌ

18.45 Quantik
Pilates
Matwork

19.30 Quantik
Pilates
Matwork

20.15 Quantik
Pilates
Matwork

21.15 TaiJi
Quan

MARTEDÌ

11.00 TaiJi
Quan

12.30 Yoga
Dinamico

17.00 Quantik
Pilates
Matwork

19.00 Quantik
Pilates
Matwork

20.00 Total Barre
dal 22/9

21.15 TaiJi
Quan

MERCOLEDÌ

11.00 Quantik
Pilates
Matwork

19.00 Hata Yoga

20.45 Yoga
Dinamico

GIOVEDÌ

12.30 Hata Yoga

18.45 TRX

19.30 Quantik
Pilates
Matwork

20.15 Stress Free

VENERDÌ

18.30 Meditazione

19.30 Hata Yoga

21.15 TaiJi Quan
Armi
2 volte al mese