



ORARIO PROVVISORIO - 19-23 settembre 2022

LUNEDÌ

17.00	Q.PILATES MATWORK
17.00	PILATES MACCHINE
18.45	Q.PILATES MATWORK
18.45	PILATES MACCHINE
19.30	Q.PILATES MATWORK
19.30	PILATES MACCHINE
20.15	Q.PILATES MATWORK
20.15	PILATES MACCHINE
21.15	TAIJI QUAN

MARTEDÌ

11.00	TAIJI QUAN
12.45	HATA YOGA
18.00	PILATES MACCHINE
19.00	Q.PILATES MATWORK
19.00	PILATES MACCHINE
20.00	TOTAL BARRE
21.00	PILATES MACCHINE
21.15	TAIJI QUAN

MERCOLEDÌ

10.00	PILATES MACCHINE
11.00	Q.PILATES MATWORK
12.30	PILATES MACCHINE
18.45	HATA YOGA
20.30	YOGA DINAMICO

GIOVEDÌ

09.00	PILATES MACCHINE
10.00	PILATES MACCHINE
11.00	PILATES MACCHINE
19.00	TRX
19.00	PILATES MACCHINE
20.00	Q.PILATES MATWORK
20.00	PILATES MACCHINE
21.15	TAIJI QUAN

VENERDÌ

11.00	TAIJI QUAN
17.45	HATA YOGA
19.30	HATA YOGA
21.15	TAIJI ARMI (2 VOLTE AL MESE)