

LUGLIO 2023

PROGRAMMA

settimanale

NOTA BENE: Le lezioni si svolgeranno con un minimo di 3/4 partecipanti. **PACCHETTI ESTIVI:** **OPEN LUGLIO:**

- da 2 a 4 lezioni €10 ciascuna
 - da 5 lezioni in su €9 ciascuna
- Vieni quando vuoi €70

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
ore 13:15 PILATES TONE con Lamberto			NEW ore 07:10 PILATES MATWORK con Lamberto	
ore 14:30 PILATES MAT con Michela			ore 12:00 PILATES MATWORK con Lamberto	ore 13:15 SUSPENSION Pilates con Michela
ore 18:00 PILATES MAT con Michela	ore 18:20 PILATES MAT con Ilaria		ore 18:20 VINIYOGA con Viviane <i>(solo 8/07)</i>	ore 18:20 PILATES DYNAMIC con Francesca
ore 18:20 VINIYOGA con Viviane <i>(fino al 10/07)</i>	ore 19:20 PILATES MAT con Ilaria		ore 20:00 PILATES MATWORK con Lamberto	ore 19:20 GINNASTICA IPOPRESSIVA (LPF) con Lamberto
ore 19:20 SUSPENSION Pilates con Michela	ore 20:00 HATHA YOGA con Katia	ore 20:10 PILATES MATWORK con Lamberto		
ore 20:00 PILATES MAT con Lamberto	ore 20:30 PILATES STRONG con Lamberto			

PRENOTAZIONE SEMPRE OBBLIGATORIA!