

TABELLA ORARI A PARTIRE DA NOVEMBRE 2023

	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
08:00		8:10 - 9:10 Pilates		8:10 - 9:10 Pilates		
09:00	9:00 - 10:00 Ginnastica Posturale		9:00 - 10:00 Ginnastica Posturale		9:00 - 10:00 Ginnastica Posturale	
10:00	10:20 - 11:20 Ginnastica Posturale	10:00 - 11:00 Pilates	10:20 - 11:20 Ginnastica Posturale	10:00 - 11:00 Pilates	10:20 - 11:20 Hatha Yoga	
11:00		11:20 - 12:20 Pilates		11:20 - 12:20 Pilates	11:40 - 12:40 Pilates	
12:00	11:40 - 12:40 Hatha Yoga		11:40 - 12:40 Hatha Yoga			
13:00	13:15 - 14:15 Pilates	13:15 - 14:15 Hatha Yoga	13:00 - 14:00 Pilates	13:15 - 14:15 Hatha Yoga		13:40 - 14:40 Pilates
14:00						
15:00						15:00 - 16:00 Pilates
16:00	16:00 - 17:00 Pilates	16:20 - 17:20 Pilates	16:30 - 17:30 Yoga in Gravidanza	16:20 - 17:20 Pilates		
17:00	17:15 - 18:15 Hatha Yoga	17:40 - 18:40 Ginnastica Posturale	17:45 - 18:45 Pilates	17:40 - 18:40 Ginnastica Posturale	18:00 - 19:00 Hatha Yoga	
18:00	18:30 - 19:30 Pilates	18:50 - 19:50 Pilates	19:00 - 20:00 Hatha Yoga	18:50 - 19:50 Pilates	19:10 - 20:10 Pilates	
19:00	19:40 - 20:40 Pilates	20:00 - 21:00 Hatha Yoga	20:15 - 21:15 Pilates	20:00 - 21:00 Hatha Yoga	20:20 - 21:20 Pilates	
20:00						
21:00						

PER PRENOTARE UNA LEZIONE DI PROVA: YOGA E POSTURALE: 3381799277 - PILATES: 3490767413