

## ORARIO CORSI 2023/2024

LUNEDI	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
10:00-10:45 Risveglio Muscolare	10:00 – 10:45 Ginnastica Posturale		10:00 – 10:45 Ginnastica Posturale	10:00 – 10:45 Ginnastica Posturale
11:00-11:45 Pancafit Group	11:00 – 11:45 Ginnastica Posturale		11:00 – 11:45 Pilates	11:00-11:45 Pancafit Group
	12:45– 13:30 Pilates		12.45– 13.30 Ginnastica Posturale	12.45– 13.30 Tabata
17:15 – 18:00 Ginnastica Posturale			17:15 – 18:00 Ginnastica Posturale	
18:15 – 19:00 Ginnastica Posturale	18:15 – 19:00 Nirvana Fitness	18:00– 18:45 Pilates ball	18:15 – 19:00 Ginnastica Posturale	
19:15– 20:00 Pilates	19:15-20:00 Tabata	19:00– 20:30 YOGA	19:15– 20:00 Pilates	

