

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
9.30	GINNASTICA DOLCE POSTURALE		GINNASTICA DOLCE POSTURALE		GINNASTICA DOLCE POSTURALE	
10.30	GINNASTICA DOLCE POSTURALE	TONIFICAZIONE RASSODAMENTO	GINNASTICA DOLCE POSTURALE	TONIFICAZIONE RASSODAMENTO	GINNASTICA DOLCE POSTURALE	
15.00	FUNZIONALE TONIFICAZIONE		FUNZIONALE TONIFICAZIONE		FUNZIONALE TONIFICAZIONE	
16.00	CORRETTIVA	CORRETTIVA	CORRETTIVA	CORRETTIVA	CORRETTIVA	
17.00	GINNASTICA DOLCE POSTURALE		GINNASTICA DOLCE POSTURALE		GINNASTICA DOLCE POSTURALE	
18.00	POWER PILATES		POWER PILATES		POWER PILATES	
19.00	STEP DIFESA PERSONALE MUAY THAI		G.A.B. DIFESA PERSONALE MUAY THAI		FULL BODY WORKOUT DIFESA PERSONALE MUAY THAI	
20.00	PILATES	PUMP	PILATES	BURN (H.I.I.T.)	PILATES	
21.00	FUNZIONALE		FUNZIONALE		FUNZIONALE	