

LESSON PLAN

in palestra

LUNEDI

PILATES REFORMER

ORE 11.30

ORE 18.00

ORE 19.15

PILATES POSTURALE

ORE 10.00

PILATES DINAMICO

ORE 13.00

MARTEDI

PILATES INTERMEDIO

ORE 19.00

PILATES REFORMER

ORE 18.00

MERCOLEDI

PILATES REFORMER

ORE 13.00

PILATES DINAMICO

ORE 13.00

ORE 18.15

GIOVEDI

PILATES REFORMER

ORE 18.00

ORE 19.05

ORE 20.10

VENERDI

PILATES DINAMICO

ORE 13.30

PILATES REFORMER

ORE 10.30

ORE 18.30

SABATO

PILATES DINAMICO

ORE 10.00

Per info e prenotazioni
3314090158



LESSON PLAN

all'aperto

LUNEDI

**PILATES
DINAMICO**

ORE 18.30

MARTEDI

**PILATES
DINAMICO**

ORE 19.00

MERCOLEDI

**PILATES
DINAMICO**

ORE 18.30

**DANZA
MODERNA
ADULTI**

ORE 20.00

GIOVEDI

**PILATES
BARRE**

ORE 18.00

**PILATES
DINAMICO**

ORE 19.00

VENERDI

**FUNCTIONAL
TRAINING**

ORE 18.30

SABATO

**PILATES
DINAMICO**

ORE 09.00

**Per info e prenotazioni
3314090158**



LESSON PLAN

Zoom

LUNEDI

**PILATES
DINAMICO**

ORE 18.00

MARTEDI

**FUNCTIONAL
TRAINING**

ORE 18.30

MERCOLEDI

**PILATES
DINAMICO**

ORE 13.00

**PILATES
DINAMICO**

ORE 19.00

GIOVEDI

**FUNCTIONAL
TRAINING**

ORE 18.00

VENERDI

**PILATES
BARRE**

ORE 18.00

SABATO

**PILATES
DINAMICO**

ORE 11.00

**Per info e prenotazioni
3314090158**

