

MOVIMENTO - PLANNING VALIDO DAL 07.09.2020

LUNEDI'	9.30/10.20	10.30/11.20	12.30/13.30	15.00/15.50	16.00/16.50	17.00/17.50	18.00/18.50	19.00/19.30	19.40/20.30	20.40/21.40
SALA 1 (max.8 iscritti)	Ginnastica dolce - Laura	Ginnastica dolce - Laura	Back-school Laura	Ginnastica dolce - Laura	Pole young Giulia	Pole kids Giulia	Mat work +📶 Cristina	GAG +📶 Cristina	Pole avanzato Tommy	Pole base Tommy
SALA 2 (max.4 iscritti)									Circuito Davide	
MARTEDI'	10.00/11.00		12.30/15.00			17.20/18.20	18.30/19.15	19.30/20.20	20.30/21.30	
SALA 1 (max.8 iscritti)	Back School Laura		CHIUSURA			Back School +📶 Laura	Step +📶 Eugenia	Pole avanzato Irene	Pole intermedio Irene	
SALA 2 (max.4 iscritti)								Circuito Davide		
MERCOLEDI'	Judo adattato		12.30/15.00			17.30/18.20	18.30/19.20	19.30/20.20	20.30/21.30	
SALA 1 (max.8 iscritti)			CHIUSURA			GAG +📶 Laura	Pole Exotic Alexis	Cerchio avanz. Alexis	Cerchio intermed. Alexis	
SALA 2 (max.4 iscritti)							Odaka - Cristina +📶	Hata yoga +📶 Venitha		
GIOVEDI'	9.30/10.20	10.30/11.20	12.30/15.00	15.00/15.50	16.00/16.50	17.00/17.50	18.00/18.50	19.00/19.45	19.50/20.50	20.40/21.40
SALA 1 (max.8 iscritti)	Ginnastica dolce - Laura	Ginnastica dolce - Laura	CHIUSURA	Ginnastica dolce - Laura	Pole young Giulia	Pole kids Giulia	Cerchio base Giulia	Step +📶 Eugenia	Back School Laura	Pole principianti Frine
SALA 2 (max.4 iscritti)							Pilates +📶 Cristina		+📶	
VENEDI'		11.15/12.15				17.15/ 18.45	18.45/20.15			
SALA 1 (max.8 iscritti)		Hata yoga Venitha				Danza Kids	Danza Joung			
SALA 2 (max.4 iscritti)									19.30/20.20 Circuito - Davide	
SABATO		11.30/12.30	12.30/13.30							
SALA 1 (max.8 iscritti)		Pole interm. Lisa	Pole avanz. Lisa							
SALA 2 (max.4 iscritti)										

N.B.:

- **TUTTI I CORSI SONO SU PRENOTAZIONE!**
- La prenotazione della lezione deve avvenire contattando direttamente l'insegnante del corso
- Il simbolo +📶 offre la possibilità di seguire il corso anche on line da casa