


**SAN MARTINO DI LUPARI**

	<b>MATTINO 8.30</b>	<b>SERA 19.00</b>	<b>SERA 19.50</b>
<b>MARTEDÌ 1<sup>A</sup> AGOSTO</b>	TOTAL BODY	FITWALKING	PILATES POSTURALE
<b>MERCOLEDÌ 2 AGOSTO</b>	FITWALKING	TOTAL BODY	FITWALKING
<b>GIOVEDÌ 3 AGOSTO</b>	TOTAL BODY	TOTAL BODY	POSTURAL TRAINING
<b>VENERDÌ 4 AGOSTO</b>		FUNCTIONAL PUMP	FITWALKING
<b>LUNEDÌ 7 AGOSTO</b>	GAG	ATHLETIC GAG	POSTURAL TRAINING
<b>MARTEDÌ 8 AGOSTO</b>		FITWALKING	PILATES POSTURALE
<b>MERCOLEDÌ 9 AGOSTO</b>	FITWALKING	PILATES	TOTAL BODY
<b>GIOVEDÌ 10 AGOSTO</b>		HATHA YOGA	
<b>VENERDÌ 11 AGOSTO</b>	TOTAL BODY	FUNCTIONAL PUMP	FITWALKING

\*I CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI


**CITADELLA**

	<b>MATTINO 8.30</b>	<b>SERA 18.30</b>	<b>SERA 19.20</b>
MERCOLEDÌ 16 AGOSTO	POSTURAL TRAINING	FUNCTIONAL PILATES	TOTAL BODY
GIOVEDÌ 17 AGOSTO		FUNCTIONAL TRAINING	POWER PUMP
VENERDÌ 18 AGOSTO	POSTURAL TRAINING	FITWALKING	PILATES IN VOLO
LUNEDÌ 21 AGOSTO		FUNCTIONAL TRAINING	POWER PUMP
MARTEDÌ 22 AGOSTO	POSTURAL TRAINING	FITWALKING	TOTAL BODY
MERCOLEDÌ 23 AGOSTO		FUNCTIONAL TRAINING	PILATES POSTURALE
GIOVEDÌ 24 AGOSTO	POSTURAL TRAINING	TOTAL BODY	PILATES
LUNEDÌ 28 AGOSTO	PILATES	CROSS CARDIO	PILATES
MARTEDÌ 29 AGOSTO	TOTAL BODY	PILATES	TOTAL BODY
MERCOLEDÌ 30 AGOSTO		FUNCTIONAL TRAINING	POSTURAL TRAINING
GIOVEDÌ 31 AGOSTO	PILATES	POSTURAL MIOFASCIALE	CROSS CARDIO

\*I CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI