

SAN MARTINO DI LUPARI

	MATTINO 8.30	MATTINO 9.20	SERA 19.00	SERA 19.50
VENERDÌ 1/08	FITWALKING		FUNCTIONAL PUMP	FITWALKING
LUNEDÌ 4/08	TOTAL BODY	GINNASTICA DI MOBILITÀ	TOTAL BODY	GINNASTICA POSTURALE
MARTEDÌ 5/08	FUNCTIONAL TRAINING		PILATES	ATHLETIC GAG
MERCOLEDÌ 6/08	PILATES	GINNASTICA POSTURALE	GAG	FITWALKING
GIOVEDÌ 7/08			GINNASTICA POSTURALE	HATHA YOGA
VENERDÌ 8/08	FITWALKING		PILATES	FUNCTIONAL TRAINING
LUNEDÌ 11/08	ATHLETIC GAG		PILATES	TOTAL BODY
MARTEDÌ 12/08	PILATES	GINNASTICA POSTURALE	FITWALKING	POSTURAL PILATES
MERCOLEDÌ 13/08	FITWALKING		ATHLETIC GAG	FUNCTIONAL TRAINING

*I CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI

CITTADELLA

	MATTINO 8.30	MATTINO 9.20	SERA 18.30	SERA 19.20
LUNEDÌ 18/08	PILATES		FUNCTIONAL TRAINING	GINNASTICA DI MOBILITÀ
MARTEDÌ 19/08	TOTAL BODY	PILATES	GAG	FUNCTIONAL TRAINING
MERCOLEDÌ 20/08			DANCE & FITNESS	PILATES
GIOVEDÌ 21/08	FUNCTIONAL TRAINING		TOTAL BODY	GINNASTICA POSTURALE
VENERDÌ 22/08	RATNA YOGA	ore 9.35 GINNASTICA POSTURALE	PILATES	ATHLETIC GAG
LUNEDÌ 25/08	PILATES	FUNCTIONAL TRAINING	FUNCTIONAL TRAINING	HATHA YOGA
MARTEDÌ 26/08		GINNASTICA POSTURALE	TOTAL BODY	FITWALKING
MERCOLEDÌ 27/08	HATHA YOGA		PILATES	TOTAL BODY
GIOVEDÌ 28/08	TOTAL BODY	GINNASTICA POSTURALE	TOTAL BODY	POSTURAL MIOFASZIALE

*I CORSI VERRANNO ATTIVATI CON UN NUMERO MINIMO DI PARTECIPANTI