

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ	SABATO
07.00-08.00						
08.00-09.00	VINYASA YOGA 08.00-09.30	ASHTANGA YOGA 07.15-08.45	VINYASA YOGA 08.00-09.30	ASHTANGA YOGA 07.15-08.45		
09.00-10.00	FUNCTIONAL CIRCUIT	BARRE PILATES	FUNCTIONAL CIRCUIT	BARRE PILATES	FUNCTIONAL PILATES	ASHTANGA YOGA 08.30-10.00
10.00-11.00	VINIYOGA 10.30-11.45	PILATES MATWORK	VINIYOGA GRAVIDANZA MOM & BABY 10.30-11.45	PILATES MATWORK	VINIYOGA 09.30-10.45	PILATES MATWORK
11.00-12.00						
12.00-13.00		STRETCHING PILATES	VINIYOGA 12.00-13.15	STRETCHING PILATES	PILATES MATWORK	
13.00-14.00	PILATES MATWORK INTERMEDIO	PILATES MATWORK INTERMEDIO	PILATES MATWORK	PILATES MATWORK INTERMEDIO	PILATES MATWORK	
14.00-15.00						
15.00-16.00						
16.00-17.00						
17.00-18.00			BARRE PILATES			
18.00-19.00	PILATES MATWORK INTERMEDIO	VINYASA YOGA 17.45-19.00	PILATES MATWORK INTERMEDIO	VINYASA YOGA 17.45-19.00	PILATES MATWORK INTERMEDIO	
19.00-20.00		PILATES MATWORK		PILATES MATWORK	Corso di accompagnamento alla nascita 19.00-20.30	
20.00-21.00	PILATES MATWORK	FUNCTIONAL PILATES	PILATES MATWORK	FUNCTIONAL PILATES		

ORARIO SEGRETERIA

Lun.-Ven. 09.00-20.30 Sab. 09.30-13.00

* Tutte le lezioni hanno obbligo di **prenotazione**.