

SPORTIME

PROGRAMMA ON LINE 2024-25

LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO
	9.30 PILATES LUISA	16.00 ANTALGICA GIACOMO	9.30 PILATES LUISA	16.30 ANTALGICA GIACOMO	10.00 YOGA ENZA
15.00 POSTURALE MATTIA					
18.00 TOTAL BODY FABIO/LAURA	18.00 YOGA LIDIA	18.00 GAG SIMONA	17.30 PILATES CATUFI	18,00 TOTAL BODY FABIO/LAURA	
19.00 VERTEBRALE PAOLO	19.30 PILATES MATTIA		19.30 PILATES MATTIA		
20.00 TOTAL BODY MARTA		19.30 TOTAL BODY LUISA	19.30 TOTAL BODY LUISA		
	19.30 TOTAL BODY GIACOMO				

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

ALTA INTENSITA'

INFO E ISCRIZIONI: 3884296393 - SPORTIMELOMBARDIA@GMAIL.COM