



PROGRAMMA VIDEOLEZIONI 23 DICEMBRE - 7 GENNAIO

SPORTIME

	GIOVEDÌ 23	LUNEDÌ 27	MARTEDÌ 28	MERCOLEDÌ 29	
		17.30 GINN. DOLCE MATTIA		18.00 YOGA ENZA	
	19.00 TOTAL BODY LUCIA		19.00 GAG SIMONA		
GIOVEDÌ 30	LUNEDÌ 3	MARTEDÌ 4	MERCOLEDÌ 5	VENEDÌ 7	
				17.30 VERTEBRALE CATUFI	
	18.00 TOTAL BODY SIMONA		18.00 GAG LUCIA		
19.00 PILATES LUISA		19.00 VERTEBRALE PAOLO			

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

LINK COLLEGAMENTO TRAMITE JITSI MEET: <https://meet.jit.si/natalesportime>

Info: 3278391378