

# SPORTIME

## PROGRAMMA BERGAMO 2022-23

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	9.30 PILATES SCANZOROSCIATE LUISA		9.30 PILATES SCANZOROSCIATE LUISA		10.00 YOGA DA ROSCIATE ENZA
17.30 YOGA PASCOLI ENZA	18.30 TOTAL BODY MAZZI SIMONA	17.30 YOGA PASCOLI ENZA	18.30 TOTAL BODY MAZZI SIMONA		
18.00 GAG DA ROSCIATE SIMONA	19.30 PILATES MAZZI SIMONA	18.00 GAG DA ROSCIATE SIMONA	19.30 PILATES MAZZI SIMONA		
19.00 VERTEBRALE DA ROSCIATE PAOLO		19.00 VERTEBRALE DA ROSCIATE PAOLO	19.30 NORDIC WALKING  ALL'APERTO		
20.00 TOTAL BODY DA ROSCIATE MARTA	19.30 TOTAL BODY SCANZOROSCIATE- LUISA	20.00 TOTAL BODY DA ROSCIATE MARTA	19.30 TOTAL BODY SCANZOROSCIATE LUISA	19.30 TOTAL BODY DA ROSCIATE MARTA	
		20.30 PARKOUR ADULTI DAVIDE	20.00 HIT DA ROSCIATE MATTIA		

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

ATTIVITA' OUTDOOR

INFO E ISCRIZIONI: 3884296393 - SPORTIMELOMBARDIA.LODI@GMAIL.COM