

Lezioni ON LINE dal 18 al 30 Ottobre

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	9.30 PILATES LUISA		9.30 PILATES LUISA		10.00 YOGA ENZA
17.30 VERTEBRALE FABIO CATUFI	18.00 PILATES FABIO FERMO	17.50 GAG SIMO F.	17.50 GINNASTICA DOLCE MATTIA	17.00 TOTAL BODY LUCIA	
18.00 TOTAL BODY FABIO F		18.50 POSTURALE LUCIA	18.50 ZUMBA FEDERICA	17.30 VERTEBRALE FABIO CATUFI	
19.45 TOTAL BODY MARTA	19.30 TOTAL BODY LUISA		19.30 TOTAL BODY LUISA	19.30 TOTAL BODY MARTA	

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

ALTA INTENSITA''