

**PROGRAMMA ESTATE 2024 A LODI**

		<b>LEZIONI IN PRESENZA</b>	<b>LEZIONI ON LINE</b>
<b>MAGGIO</b>			
27	lunedì	prova il pickleball -gandini dalle 17.00 in avanti	total body 18.30 (SIMONA)
28	martedì	total body Tavazzano 19.30 (GIACOMO)	total body 19.30 ( GIACOMO)
29	mercoledì	ginnastica posturale gandini 16.30 (GIACOMO)	ginnastica posturale gandini 16.30 (GIACOMO)
30	giovedì	pilates pezzani ore 18.00 (FABIO)	total body 18.30 (SIMONA)
31	venerdì	total body gandini ore 18.00 (LAURA)	ginnastica vertebrale 18.30 (MATTIA)
<b>GIUGNO</b>			
1	sabato	Nordic walking ore 15 (CATUFI)	yoga 10.00 (ENZA)
3	lunedì	prova il pickleball -gandini dalle 17.00 in avanti	total body 18.30 (SIMONA)
5	mercoledì	total body gandini ore 18.00 (FABIO)	
6	giovedì	pilates pezzani ore 18.00 (FABIO)	total body 18.30 (SIMONA)
8	sabato	Nordic walking ore 15 (CATUFI)	yoga 10.00 (ENZA)
10	lunedì	prova il pickleball -gandini dalle 17.00 in avanti	total body 18.30 (SIMONA)
11	martedì		ginnastica vertebrale 19.00 (MATTIA)
12	mercoledì	total body gandini ore 18.00 (FABIO)	
13	giovedì	pilates pezzani ore 18.00 (FABIO)	total body 18.30 (SIMONA)
14	venerdì		ginnastica vertebrale 18.30 (MATTIA)
15	sabato	Nordic walking ore 15 (CATUFI)	
17	lunedì	prova il pickleball -gandini dalle 17.00 in avanti	total body 18.30 (SIMONA)
18	martedì		ginnastica vertebrale 19.00 (MATTIA)
19	mercoledì	total body pezzani ore 18.00 (FABIO)	
20	giovedì	pilates pezzani ore 18.00 (FABIO)	total body 18.30 (SIMONA)
21	venerdì		ginnastica vertebrale 18.30 (MATTIA)
22	sabato	Nordic walking ore 15 (CATUFI)	yoga 10.00 (ENZA)
24	lunedì	prova il pickleball -gandini dalle 17.00 in avanti	
<b>QUOTA PARTECIPAZIONE 30 EURO</b>			