

# SPORTIME

## PROGRAMMA ON LINE 2023-24

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	9.30 PILATES LUISA	16.00 ANTALGICA GIACOMO	9.30 PILATES LUISA	16.00 ANTALGICA GIACOMO	10.00 YOGA ENZA
18.00 TOTAL BODY FABIO/LAURA		18.00 GAG SIMONA		18.00 TOTAL BODY FABIO/LAURA	
19.00 VERTEBRALE PAOLO			19.30 PILATES MATTIA		
20.00 TOTAL BODY MARTA	19.30 PILATES MATTIA	19.30 TOTAL BODY LUISA	19.30 TOTAL BODY LUISA		
	19.30 TOTAL BODY GIACOMO		19.30 TOTAL BODY CATUFI		

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

ALTA INTENSITA'

INFO E ISCRIZIONI: 3884296393 - SPORTIMELOMBARDIA@GMAIL.COM