

SU Primo piano GIU Piano terra P Piano terra sala piccola IBAN: IT74Y0306909606100000179120 Intesa Sanpaolo

TS-Pay:



QUOTA ASSOCIATIVA 20/9/22 - 31/7/23: 20 € UN SOLO CORSO: 195 €/quadrimestre

DUE CORSI: 285 €/quadrimestre

TRE CORSI: 375 €/quadrimestre

QUATTRO CORSI: 465 €/quadrimestre

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	ORA CORSO	ORA CORSO	ORA CORSO	ORA CORSO	ORA CORSO
SU	9:30 GINNASTICA FUNZIONALE - R	9:30 GINNASTICA FUNZIONALE - A	9:00 PANCAFIT - A	9:30 GINNASTICA FUNZIONALE - A	9:00 PANCAFIT & MOBILITA' - S
GIU			9:30 GINNASTICA FUNZIONALE SENIOR - R	9:30	9:30 TAI CHI BASTONE - AN
P		9:00 CHI KUNG - AN	9:30 CHI KUNG - L	9:00 BACKRACK - S	9:30 GINNASTICA FUNZIONALE SENIOR - R
SU		10:30 MOBILITA' POSTURALE - A	10:00 MOBILITA' POSTURALE - A	10:30 PANCAFIT & MOBILITA' - A	
GIU	10:00 PANCAFIT - S	10:00 TAI CHI - AN	10:30 MOBILITA' POSTURALE (MOTR) - R	10:30	10:30 FITNESS FUNZIONELE (TRX) - R
P			10:30 BACKRACK - L	10:00 BACKRACK - S	
SU	10:30 MOBILITA' POSTURALE (MOTR) - R		11:00 GINNASTICA FUNZIONALE - A		
GIU					
P					
SU					
GIU					
P					
SU					
GIU					
P					
SU			17:00 PANCAFIT & MOBILITA' - S		17:00 GINNASTICA FUNZIONALE - M
GIU					
P					
SU	18:00 MOBILITA' POSTURALE - S	18:00 GINNASTICA FUNZIONALE - M	18:00 GINNASTICA FUNZIONALE - S		18:00 PANCAFIT - M
GIU		18:00 MOBILITA' POSTURALE - S	18:00 TAI CHI BASTONE - AN		18:00 TAI CHI - AN
P		18:00	18:00 MOBILITA' POSTURALE - M	18:00 BACKRACK - S	
SU	19:00 PANCAFIT - S	19:00 FITNESS FUNZIONALE DONNE - S	19:00 MOBILITA' POSTURALE - M	19:00 PANCAFIT & MOBILITA' - S	19:00 FITNESS FUNZIONALE - M
GIU	19:00 KUNDALINI YOGA - P	19:00 FITNESS FUNZIONALE UOMINI - M	19:00 TAI CHI AVANZATI - AN	19:00 VINYASA YOGA - F	19:00
P		19:00 HATHA YOGA - C	19:00 BACKRACK - S	19:00	
SU	20:00 FITNESS FUNZIONALE - S			20:00 FITNESS FUNZIONALE - S	
GIU				20:00 YOGA AYURVEDA - F	
P					

ISTRUTTORI: A Alessandra AN Antonio C Chiara F Federica L Luigia M Massimiliano P Paolo R Raffaella S Silvia