

# CALENDARIO CORSI GINNASTICA POSTURALE

ORARI	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9.00-10.00	Ginnastica Dolce			Ginnastica Dolce	** Foot Fitness
10.00-11.00	*	"Soft" Pilates	** Body Rolling	*	"Soft" Pilates
14.00-15.00		*			*
15.00-16.00		*	*	*	Pilates intermedio / avanzato
16.00-17.00	*	*	*	*	
17.00-18.00		Ginnastica Dolce		Ginnastica Dolce	
18.00-19.00		Pilates Principianti		Pilates Principianti	
19.10-20.00				** Body Rolling Pilates	