

ORARIO LEZIONI COLLETTIVE 2023|2024

	LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO
7:30 - 8:30				YOGA		
8:00 - 9:00						
10:30 - 11:20	PILATES MACCHINARI					PILATES MACCHINARI
11:30 - 12:20	PILATES MACCHINARI					PILATES MACCHINARI POLE DANCE
12:30 - 13:20	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI		
	BARRE	PILATES MATWORK	BARRE	PILATES MATWORK		
13:30 - 14:20	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	
		PILATES MATWORK	CALISTHENICS	PILATES MATWORK	BARRE	
14:30 - 15:20		POLE DANCE		PILATES MACCHINARI		
			POLE DANCE			
15:30 - 16:20	PILATES MACCHINARI					
16:30 - 17:20	POLE DANCE		POLE DANCE			
17:30 - 18:20	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	POLE DANCE	
		PILATES MATWORK		PILATES MATWORK		
	BARRE	POLE DANCE	POLE DANCE	POLE DANCE		
18:30 - 19:20	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	CERCHIO AEREO	
	PILATES MATWORK	CALISTHENICS	PILATES MATWORK	CALISTHENICS		
	POLE DANCE	EXOTIC	POLE DANCE	POLE DANCE		
19:30 - 20:20	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	PILATES MACCHINARI	POLE DANCE	
		YOGA				
	POLE DANCE	POLE DANCE	POLE DANCE	POLE DANCE		
20:30 - 21:20		POLE DANCE				

LE LEZIONI INDIVIDUALI E DUETTO SONO SU RICHIESTA