



# Orario ridotto

Valido per le festività natalizie  
nei giorni indicati

	LUNEDÌ 28/12	MARTEDÌ 29/12	MERCOLEDÌ 30/12	LUNEDÌ 4/01	MARTEDÌ 5/01
9.30 11.00	TOTAL BODY + STRET.		10.00 10.45 TOTAL BODY	9.30 11.00 TOTAL BODY + STRET.	8.30 9.45 YOGA
		10.00 11.00 TOTAL BODY	10.45 11.15 STRETCHING		10.00 11.00 TOTAL BODY
		11.00 12.00 CARDIO DANCE + STRET.	11.15 12.00 PILATES		11.00 12.00 CARDIO DANCE + STRET.
13.00 14.00	PILATES BASE INTERMEDIO		13.00 14.00 PILATES	13.00 14.00 PILATES BASE INTERMEDIO	
			14.30 15.30 FIT BALANCE		
15.00 16.00	POSTURAL	15.00 16.00 PILATES	15.30 16.30 POSTURAL STRETCHING	15.00 16.00 POSTURAL	15.00 16.00 PILATES
19.00 20.00	TOTAL BODY	19.15 20.15 WALK UP	18.30 19.30 TOTAL BODY	19.00 20.00 TOTAL BODY	19.15 20.15 WALK UP
20.00 21.00	MOVERO	20.15 21.15 PILATES	19.30 20.30 ALL. FUNZIONALE	20.00 21.00 MOVERO	20.15 21.15 PILATES