

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
Nordic Walking ritrovo ore 9.00		Postural 09.00-10.00		Postural 09.00-10.00
		TONIFICAZIONE 10.00 - 11.00		TONIFICAZIONE 10.00 - 11.00
	Postural 11.00 - 12.00	Hatha Yoga 11.00 - 12.00	Postural 11.00 - 12.00	Hatha Yoga 11.00 - 12.00
	Pilates 12.00 - 13.00		Pilates 12.00 - 13.00	
	Calisthenics 12.30- 13.30		Calisthenics 12.30- 13.30	
Total Body 17.00 - 18.00	Postural Tone 17.00 - 18.00	Total Body 17.00 - 18.00	Postural Tone 17.00 - 18.00	
Flex & Tone 18.00 - 19.00	Pilates 18.00 - 19.00	Flex & Tone 18.00 - 19.00	Pilates 18.00 - 19.00	
Cross Functional Fit 18.00- 19.00	Pump System 19.00 - 20.15	Cross Functional Fit 18.00- 19.00	Pump System 19.00 - 20.15	
Vivi Fitness 19.30-21.30	Vivi Fitness 19.30-21.30	Vivi Fitness 19.30-21.30	Vivi Fitness 19.30-21.30	