

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI		SABATO	
SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2
8,30 / 9,15 FUNCTIONAL TRAINING Sara S. A		8,30 / 9,15 STRETCH & POSTURAL Daniela T		8,30 / 9,15 BALANCE & CORE Sara S. I		8,45 / 9,30 PILATES Sara A. A		8,30 / 9,30 LONGAGE Sara S. A	8,30 / 9,15 PILATES POSTURALE Daniela T	9,15 / 10,00 BALANCE Nilca T	
9,15 / 10,00 VITAL MOVE Sara S. P	9,15 / 10,00 PILATES Francesca I	9,15 / 10,15 LONGAGE Sara A. A	9,15 / 10,15 DANZA MODERNA PER ADULTI Daniela T	9,15 / 10,00 POWER MOBILITY Francesca A	9,15 / 10,00 ELASTIC ART TRAINING Daniela I	9,30 / 10,30 LONGAGE Sara A. A	9,15 / 10,15 DANZA MODERNA PER ADULTI Daniela T	9,30 / 10,15 POSTURALE Sara S. P	9,15 / 10,00 PILATES Daniela A	10,00 / 10,45 POSTURALE a rotazione T	
10,00 / 10,45 FIT BALL Francesca A	10,00 / 10,45 POSTURALE Sara S. P	10,15 / 11,00 PILATES Sara A. I	10,15 / 11,15 SBARRA A TERRA Daniela T	10,00 / 10,45 ABS Francesca I	10,00 / 10,45 POSTURALE Sara S. P	10,30 / 11,00 TRX POSTURALE Marco P	10,30 / 11,30 FISIOTECNICA Daniela T	10,15 / 11,00 ELASTIC ART TRAINING Daniela I	10,45 / 11,30 SOFT TOTAL BODY Giusy T		
10,45 / 11,30 SOFT TOTAL BODY Giusy T	10,45 / 12,15 DANZE STORICHE Anna T	11,00 / 11,45 TRX POSTURALE Sara A. P	11,15 / 11,45 DANZA CLASSICA PER ADULTI Daniela T		10,45 / 11,30 SOFT TOTAL BODY Giusy T	11,00 / 11,30 FUNZIONALE Marco I					
13,00 / 14,00 LONGAGE Michela T				13,00 / 14,00 METABOLIC CIRCUIT Michela T		11,30 / 12,00 SYNERGY Marco I		13,00 / 14,00 T			
18,15 / 19,15 LONGAGE Daniela T		18,00 / 18,45 STRETCH & POSTURAL Daniela T		18,30 / 19,15 FUNZIONALE a circuito Nilca T			18,00 / 18,45 POSTURALE Michela T				
19,15 / 20,00 PILATES Nilca T		18,45 / 19,30 ELASTIC ART TRAINING Daniela T		19,15 / 20,00 BALANCE Nilca T			18,00 / 18,45 EASY TONE Michela T				

A avanzato I intermedio P principiante T tutti i livelli

Iscrizione 12 mesi € 50

Crediti	40 crediti	€100	300 crediti	€279
	80 crediti	€160	600 crediti	€349
	150 crediti	€225	1 credito = 15 minuti	

valenza 12 mesi con eventuale recupero del 10% dei crediti acquistati

Studenti sconto 10%

SCARPE OBBLIGATORIE

VIVO
LADIES

tel. 010316330 - w.a. 3713479896