



ORARIO LEZIONI GIUGNO 2018

“Ginnastica finalizzata alla Salute e al Fitness”

con esercizi del metodo Pilates , Yoga , Stretching , Posturale , Tonificazione Muscolare 

GIORNO ora	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08:00	Giuliana		Giuliana		Giuliana	
09:00	Giusy		Giusy	Monica	Barbara	
10:00	Barbara			Barbara		
18:00		Giuliana			Monica	
19:00	Monica	Giuliana	Monica	Giusy		
20:00	Giuliana			Giuliana		

NOTA: le lezioni hanno la durata di 50 minuti.