

CALENDARIO CORSI 2025/26

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
GINNASTICA DOLCE 9.00 – 10.00			GINNASTICA DOLCE 9.00 – 10.00	
PILATES Matwork MATTINO – 10.00 – 11.00			PILATES Matwork MATTINO – 10.00 – 11.00	
PILATES Matwork PRANZO 13.10 – 14.00		CARDIO FUNZIONALE 13.00– 14.00	PILATES Matwork PRANZO 13.10 – 14.00	
DANZA 16.30– 18.00 (Classico, Moderno, Jazz, Contemporaneo)		ACROBATICA 16.30 – 18.00		ACROBATICA 16.00 – 17.30 DANZA 17.30 – 19.00
	ACTIVE STRETCHING 17.30 – 18.30		ACTIVE STRETCHING 17.30 – 18.30	
CARDIO FUNZIONALE 18.30– 19.30	PILATES Matwork 1 18.30 – 19.30	CARDIO FUNZIONALE 18.30– 19.30	PILATES Matwork 1 18.30 – 19.30	
PILATES STUDIO 19.40– 20.30	PILATES Matwork 2 19.30 – 20.30	PILATES STUDIO 19.40– 20.30	PILATES Matwork 2 19.30 – 20.30	
	BALLO – COUNTRY 20.30– 21.30	BALLO – CARAIBICO 20.30– 21.30		