

LUNEDÍ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08.00-08.50	08.00-08.50		08.00-08.50		
YOGA	METODO PILATES		METODO PILATES		
Gianluca	Paolo		Paolo		
09.00-09.50					10.00-10.50
BALANCE					***Qi GONG 5 incontri
Gianluca					Laura
	11.00-11.50		11.00-11.50		11.00-11.50
	ELDOA		METODO PILATES		SURPRISE CLASS
	Roberta		Paolo		
		12.00-12.50			12.00-13.00
		GYROKINESIS			***MASSAGGIO THAI
		Eleonora			Piero
13.10-14.00	13.10-14.00	13.10-14.00	13.10-14.00	13.10-14.00	2° sabato del mese
BODY FLYING	FIT PILATES	TRX	YOGA WALL postural	METODO PILATES	13.30-14.30
Manuela	Sabrina	Roberta	Roberta	Paolo	***MASSAGGIO THAI
					Piero
					2° sabato del mese
					15.00-16.00
					***MASSAGGIO THAI
					Piero
					Piero 2º sabato del mese
					2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
					2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI
	18.00-18.50	18.00-18.50	18.00-18.50	18.00-18.50	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
	18.00-18.50 BALANCE	18.00-18.50 BODY FLYING	18.00-18.50 METODO PILATES	18.00-18.50 BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
					2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
19.00-19.50	BALANCE	BODY FLYING	METODO PILATES	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
19.00-19.50 ELDOA	BALANCE Gianluca	BODY FLYING Manuela	METODO PILATES	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
	BALANCE Gianluca 19.00-19.50	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20	METODO PILATES	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE	METODO PILATES	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta	METODO PILATES Gianluca	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta 19.30-20.20	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50 TONIFICAZIONE	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
Roberta 19.30-20.20 METODO PILATES	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50 METODO PILATES	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50 ELDOA	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta 19.30-20.20 METODO PILATES Paolo 20.00-20.50	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina 20.00-20.50	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50 ELDOA Gianluca	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta 19.30-20.20 METODO PILATES Paolo	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca 20.00-20.50	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50 ELDOA Gianluca 20.00-21.00	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta 19.30-20.20 METODO PILATES Paolo 20.00-20.50 GAMBE ADD GLUTEI	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca 20.00-20.50 BUNGEE FLY	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina 20.00-20.50 SBARRA A TERRA	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50 ELDOA Gianluca 20.00-21.00 YOGA WALL	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero
ELDOA Roberta 19.30-20.20 METODO PILATES Paolo 20.00-20.50 GAMBE ADD GLUTEI	BALANCE Gianluca 19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela 19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca 20.00-20.50 BUNGEE FLY	BODY FLYING Manuela 18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta 19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina 20.00-20.50 SBARRA A TERRA	METODO PILATES Gianluca 19.00-19.50 ELDOA Gianluca 20.00-21.00 YOGA WALL Belinda	BARRE	2° sabato del mese 16.30-17.30 ***MASSAGGIO THAI Piero

Tutte le classi sono comprese con l'acquisto di un pacchetto lezioni ad esclusione ***del massaggio Thailandese e del QiGong

Le classi di TRX, TONIFICAZIONE, GAMBE GLUTEI ADDOMINALI, necessitano di scarpe ad uso interno, tutte le altre classi calza antiscivolo.

Le disdette e le prenotazioni vanno effettuate entro 24 ore dall'inizio delle lezioni. Decorso tale termine verranno conteggiate come eseguite.

Classi attive con minimo due partecipanti. L'orario potrebbe subire variazioni.