Inizio attività lunedì 16 settembre

ORARI SETTEMBRE 2019 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00						WORKSHOP **21/09** - 9 a 10:15 "I PRINCIPI BASE DEL PILATES" corso introduttivo con Brenda Lasala ATTENZIONE: questa attività si svolgerà nella nostra SEDE ADRIATICA, sita in Via Pasubio, 7.
10.00						
11.00						
16.00						
17.00	TRX - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO			
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO		TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI OTTOBRE 2019 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP **05/10** - 9 a 10:15 "I PRINCIPI BASE DEL PILATES" corso introduttivo con Brenda Lasala ATTENZIONE: questa attività si svolgerà nella nostra SEDE ADRIATICA, sita in Via Pasubio, 7. **26/10** - 10 a 12 "UNA DANZA PER TUTTI" Movimento e creatività per il benessere, con Michela Turrini
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI NOVEMBRE 2019 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP **16/11** - 10 a 12 "UNA DANZA PER TUTTI" Movimento e creatività per il benessere, con Michela Turrini
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI DICEMBRE 2019 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

Chiusura vacanze invernali dal 23 dicembre al 7 gennaio. Riapertura studio mercoledì 8 gennaio 2020

ORARI GENNAIO 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI FEBBRAIO 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI MARZO 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI APRILE 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00		PILATES MAT 1 - LORENZO		PILATES MAT 1 - LORENZO		
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI MAGGIO 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00						
16.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
17.00	PILATES MAT 1 - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO		PILATES MAT 1 - LAURA T.	
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA T.	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA T.	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI GIUGNO 2020 - SEDE PALASCHERMA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00		PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO		WORKSHOP (da definire)
10.00		PILATES MAT 2 - LORENZO		PILATES MAT 2 - LORENZO		
11.00						
16.00						
17.00	TRX - LORENZO	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA	TRX - LORENZO			
18.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 2 - LAURA	
19.00	PILATES MAT 2 - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA	TRX - LORENZO	PILATES TM 2 - BRENDA	PILATES MAT 3 - LAURA	
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO		TRX - LORENZO	PILATES TM 3 - BRENDA		

ORARI LUGLIO 2020 - SEDE PALASCHERMA

Da confermare.

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00						WORKSHOP (da definire)
10.00						
11.00						
16.00						
17.00						
18.00						
19.00	TRX - LORENZO		TRX - LORENZO			
20.00	PILATES MAT 3 - LORENZO		PILATES MAT 3 - LORENZO			