

## ORARI SETTEMBRE/DICEMBRE 2019 - SEDE ADRIATICA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9:00	PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - BRENDA	PILATES TM - BRENDA	REFORMER PILATES - BRENDA	PILATES TM - BRENDA	REFORMER PILATES - BRENDA	PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - CORSO BASE - BRENDA
10:00		MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA	REFORMER PILATES - BRENDA	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA	REFORMER PILATES - BRENDA	10:15 - PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - BRENDA
11:00	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA	REFORMER PILATES - BRENDA	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA		11:15 - MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA
12:00			MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA			
14:00			REFORMER PILATES - BRENDA	REFORMER PILATES - LORENZO	REFORMER PILATES - BRENDA	
15:00			REFORMER PILATES - BRENDA	REFORMER PILATES - LORENZO	REFORMER PILATES - BRENDA	
16:00		REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® AVVIO ALLA DANZA - SARA (5/6-7 ANNI)	REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® AVVIO ALLA DANZA - SARA (5/6-7 ANNI)	
17:00		REFORMER PILATES - LORENZO		REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® - SARA (3/4-5 ANNI)	
18:00		SPRING WALL PILATES - LORENZO		SPRING WALL PILATES - LORENZO		
19:00		SPRING WALL PILATES - LORENZO		SPRING WALL PILATES - LORENZO		
20:00		REFORMER PILATES - LORENZO		REFORMER PILATES - LORENZO		

## ORARI GENNAIO/GIUGNO 2020 - SEDE ADRIATICA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9:00	PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - BRENDA	PILATES TM - BRENDA	REFORMER PILATES	PILATES TM - BRENDA	REFORMER PILATES	PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - CORSO BASE - BRENDA
10:00		MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA	REFORMER PILATES	MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA	REFORMER PILATES	10:15 - PERINEO, ADDOMINALI E MOVIMENTO - BRENDA
11:00	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA	REFORMER PILATES	MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA		11:15 - MOVIMENTO IN GRAVIDANZA - BRENDA
12:00			MOVIMENTO DOPO LA NASCITA - BRENDA			
14:00			REFORMER PILATES	REFORMER PILATES - LORENZO	REFORMER PILATES	
15:00			REFORMER PILATES	REFORMER PILATES - LORENZO	REFORMER PILATES	
16:00		REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® AVVIO ALLA DANZA - SARA (5/6-7 ANNI)	REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® AVVIO ALLA DANZA - SARA (5/6-7 ANNI)	
17:00		REFORMER PILATES - LORENZO		REFORMER PILATES - LORENZO	GIOCODANZA® - SARA (3/4-5 ANNI)	
18:00		SPRING WALL PILATES - LORENZO		SPRING WALL PILATES - LORENZO		
19:00		SPRING WALL PILATES - LORENZO		SPRING WALL PILATES - LORENZO		
20:00		REFORMER PILATES - LORENZO		REFORMER PILATES - LORENZO		