

Calendario Corsi 2023-2024

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ	VENEDÌ	SABATO (da gennaio 2024)	
07:00										
07:30										
08:00										
08:30										
09:00	09:00 - 10:25 Mix mat e apparecchi		09:00 - 09:55 Piccolo gruppo		09:00 - 10:25 Mix mat e apparecchi		09:00 - 09:55 Apparecchi		09:00 - 09:55 Apparecchi	
09:30			10:00 – 11:00 Pilates gravidanza	10:00 – 10:55 Apparecchi			10:00 - 10:55 Apparecchi		10:00 - 11:25 Mix	
10:00					10:30 - 11:30 Massaggio del neonato	10:30 – 11:25 Apparecchi				
10:30					10:15 – 11:15 Mix post parto e massaggio	10:15 – 11:10 Post parto mamma neonato				
11:00										
11:30										
12:00										
12:30	12:15 - 13:10 Piccolo gruppo		12:15 - 13:10 Apparecchi		12:15 - 13:10 Gruppo matwork		12:15 - 13:10 Apparecchi			
13:00										
13:30										
14:00							13:45 - 14:40 Gruppo matwork			
14:30										
15:00										
15:30										
16:00										
16:30										
17:00										
17:30										
18:00	18:00 - 18:55 Gruppo matwork		18:00 - 18:55 Apparecchi				18:00 - 18:55 Apparecchi			
18:30										
19:00	19:00 - 20:25 Mix mat e apparecchi		19:00 - 19:55 Apparecchi		19:00 – 20:00 Pilates gravidanza		19:00 - 20:25 Mix mat e apparecchi			
19:30										
20:00										
20:30	20:30 - 21:25 Apparecchi		20:00 - 21:25 Mix mat e apparecchi							
21:00										
21:30										