

2023/24 . CALENDARIO CORSI GRUPPI

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
	<p>ORE 7:15</p> <p>MEDITAZIONE (FEDERICA)</p>	<p>ORE 7:00 ONLINE</p> <p>YOGA (HATHA) (GIGLIO)</p>				
					<p>ORE 11:00 ONLINE</p> <p>ALLENAMENTO FUNZIONALE (JOLLY)</p>	
	<p>ORE 19:00 ONLINE</p> <p>CORSO DI GINNASTICA POSTURALE (NICOLA D'A.)</p>	<p>ORE 19:00 ONLINE</p> <p>RINFORZO MUSCOLARE (NICOLA COMARELLA)</p>	<p>ORE 19:00 ONLINE</p> <p>PILATES (DELIA)</p>	<p>ORE 19:00 ONLINE</p> <p>YOGA HATHA (LUCIA)</p>		
		<p>ORE 22:00 ONLINE</p> <p>MEDITAZIONE (FEDERICA)</p>				

NELL'ABBONAMENTO "ALLOY" SONO COMPRESI 3 APPUNTAMENTI ANNUALI CON IL PERSONAL COACH E 2 APPUNTAMENTI DI 30' CON UNO SPECIALISTA DI POSTURA E/O NUTRIZIONE E/O ESERCIZIO FISICO



**DRAGONFLY**