



# CORSI OLISTICI

LUN	MAR	MER	GIO	VEN
	<b>MEDITA &amp; RESPIRA</b> 8:45 - 9:30 ELISA	<b>GINNASTICA DOLCE</b> 8:45 - 9:30 MICHELA		
	<b>FLEXIBILITY</b> 9:30 - 10:15 ELISA		<b>POSTURAL STRETCH</b> 10:15 - 11:00 MATTEO F.	<b>FUNCTIONAL PILATES</b> 9:30 - 10:15 ERIKA
<b>YOGA DOLCE</b> 11:15 - 12:00 ELISA			<b>YOGA DOLCE</b> 11:15 - 12:00 ELISA	
	<b>HATHA YOGA</b> 13:00 - 13:45 ELISA		<b>WELLBACK WBS</b> 12:45 - 13:30 MATTEO F.	
<b>WELLBACK WBS</b> 18:00 - 18:45 SIMONE		<b>FUNCTIONAL PILATES</b> 17:30 - 18:15 ERIKA	<b>WELLBACK WBS</b> 18.15 - 19:00 SIMONE	<b>LIGHT YOGA</b> 18:15 - 19:00 RITA LETIZIA
<b>LIGHT YOGA</b> 18:45 - 19:30 RITA LETIZIA		<b>YOGA DOLCE</b> 19:00 - 19:45 ELISA		<b>PILATES BASE</b> 18:30 - 19:15 ERIKA
<b>VINYASA FLOW YOGA</b> 19:30 - 20:15 RITA LETIZIA		<b>HATHA YOGA</b> 19:45 - 20:30 ELISA		<b>VINYASA FLOW YOGA</b> 19:00 - 19:45 RITA LETIZIA
				<b>PILATES</b> 19:15 - 20:00 ERIKA

 SALA ARANCIO  
 SALA CROSS

**CORSI SU PRENOTAZIONE - NUMERO MINIMO ISCRITTI 3 - OBBLIGO CERTIFICATO MEDICO E GREEN PASS**