



ORARI

LEZIONI IN PRESENZA

- IACOPO
- EMILIA
- MARIA VITTORIA
- FRANCESCA
- LAURA
- VALENTINA
- MARIA ROSA

LUNEDÌ

- **ORE 17,30**
PILATES MAT
BASE-INTERMEDIO
- **ORE 19,00**
PILATES MAT
INTER-AVANZATO
- **ORE 20,30**
MINDFULNESS
MBSR

MARTEDÌ

- **ORE 13,00**
PILATES MAT
BASE-INTERMEDIO
- **ORE 18,00**
PILATES MAT
INTERMEDIO
- **ORE 19,30**
PILATES MAT
AVANZATO

MERCOLEDÌ

- **ORE 18,00**
PILATES MAT
ELASTICI
- **ORE 19,30**
PILATES MAT
INTER-AVANZATO
- **ORE 21,00**
MINDFULNESS
PRATICA

GIOVEDÌ

- **ORE 9,00**
PILATES MAT
BASE
- **ORE 18,00**
PILATES MAT
BASE
- **ORE 19,30**
VINYASA
YOGA

VENERDÌ

- **ORE 13,00**
PILATES MAT
BASE-INTERMEDIO
- **ORE 18,30**
PILATES MAT
BASE-INTERMEDIO

SABATO

- **ORE 9,00**
PILATES MAT
INTERMEDIO



ORARI

LEZIONI ONLINE

- IACOPO
- EMILIA
- MARIA VITTORIA
- FRANCESCA
- LAURA
- VALENTINA
- MARIA ROSA

LUNEDÌ

- **ORE 7,15**
MORNING
PILATES

MARTEDÌ

- **ORE 7,30**
MORNING
YOGA
- **ORE 19,00**
PILATES MAT
INTERMEDIO

MERCOLEDÌ

- **ORE 13,00**
PILATES MAT
INTERMEDIO
- **ORE 21,00**
MINDFULNESS
PRATICA
- **ORE 21,30**
YOGA NIGHT

GIOVEDÌ

- **ORE 7,15**
MORNING
PILATES
- **ORE 19,00**
YOGA IN
GRAVIDANZA

VENERDÌ

- **ORE 19,00**
PILATES MAT
INTERMEDIO

SABATO



● IACOPO

● EMILIA

ORARI

LEZIONI REFORMER

LUNEDÌ

- **ORE 13,00**
REFORMER
- **ORE 18,00**
REFORMER
- **ORE 19,30**
REFORMER

MARTEDÌ

- **ORE 9,00**
REFORMER
- **ORE 19,30**
REFORMER

MERCOLEDÌ

- **ORE 19,30**
REFORMER

GIOVEDÌ

- **ORE 19,30**
REFORMER

VENERDÌ

- **13,00**
REFORMER

SABATO

- **ORE 10,30**
REFORMER