

SPORTIME

PROGRAMMA ON LINE 2022-23

LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì	SABATO
17.30 YOGA ENZA	10.00 PILATES LUISA	17.30 YOGA ENZA	9.30 PILATES LUISA		10.00 YOGA ENZA
17.30 VERTEBRALE CATUFI	17.50 PILATES FABIO FERMO			17.30 VERTEBRALE CATUFI	
18.00 TOTAL BODY FABIO FERMO	19.00 ANTALGICA GIACOMO	18.00 GAG SIMONA	18.30 TOTAL BODY LAURA SOFFIENTINI	18.30 ANTALGICA GIACOMO	
19.00 VERTEBRALE PAOLO	19.30 PILATES MATTIA		19.30 PILATES MATTIA		
20.00 TOTAL BODY MARTA	19.30 TOTAL BODY LUISA	20.00 PILATES LUISA	19.30 TOTAL BODY LUISA	19.00 TOTAL BODY MARTA	
	20.30 TOTAL BODY GIACOMO				

BASSA INTENSITA'

MEDIA INTENSITA'

ALTA INTENSITA'

INFO E ISCRIZIONI: 3884296393 - SPORTIMELOMBARDIA@GMAIL.COM