

PROGRAMMA ON LINE ESTATE 2023

PROGRAMMA ON LINE ESTATE 2023		
MAGGIO		
27	sabato	ore 9.00 pilates Luisa
28	domenica	
29	lunedì	ore 18.00 total body fabio
30	martedì	ore 18.30 total body Simona
31	mercoledì	ore 18.00 yoga Enza
GIUGNO		
1	giovedì	ore 19.00 pilates Mattia
2	venerdì	ore 18.00 fitness a tema Simona
3	sabato	ore 16.30 vertebrale Davide
4	domenica	
5	lunedì	ore 18.00 total body fabio
6	martedì	ore 18.30 total body Simona
7	mercoledì	ore 17.30 ginnastica dolce lucia
8	giovedì	ore 19.00 pilates Mattia
9	venerdì	ore 19.00 antalgica Giacomo
10	sabato	ore 9.00 pilates Luisa
11	domenica	
12	lunedì	ore 18.00 total body fabio
13	martedì	ore 18.30 total body Lucia
14	mercoledì	ore 18.00 yoga Enza
15	giovedì	ore 19.00 pilates Mattia
16	venerdì	ore 19.00 antalgica Giacomo
17	sabato	ore 9.00 pilates Luisa/ore 10.00 yoga
18	domenica	ore 18.00 Stretching Giulia
19	lunedì	ore 18.00 total body fabio
20	martedì	ore 18.30 total body Lucia
21	mercoledì	ore 18.00 yoga Enza
22	giovedì	ore 19.00 pilates Mattia
23	venerdì	ore 19.00 antalgica Giacomo
24	sabato	ore 10.00 yoga Enza
25	domenica	ore 9.00 pilates/ore 10.00 total body Luisa
26	lunedì	ore 18.00 total body fabio
27	martedì	ore 18.30 total body Simona
28	mercoledì	ore 18.00 yoga Enza
29	giovedì	ore 19.00 pilates Mattia
30	venerdì	ore 19.00 antalgica Giacomo
LUGLIO		
1	sabato	ore 10.00 yoga Enza