

CORSI FITNESS 2026-27



Nota: sono ancora possibili alcuni cambiamenti

ORA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
08:15	Power - Pilates		Pilates (8:30 - 9:20)		
09:15	Pilates	Yoga (9:00 - 10:00)	Total body (9:30 - 10:20)	Pilates	
12:00					Pilates
17:15			Circuito		
18:00			Pilates		
19:00	Circuito	Pilates	Fitness Dance		