

Piano corsi Natale

MATTINA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
			9.30/10.15 Soft Tone <i>Claudio</i>		9.30/10.15 Stretching <i>Laura</i>	
		10.15/11.00 Body Armony <i>Claudio</i>		10.30/11.15 Spinning <i>Laura</i>		
PAUSA PRANZO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
		12.45/13.30 Tone Active <i>Laura</i>		12.45/13.30 Spinning <i>Fabio</i>		
POMERIGGIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
SERA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
		18.30/19.15 G.A.G. <i>Silvia</i>		19.15/19.55 Functional Training <i>Matteo</i>	18.30/19.15 Dynamic Step <i>Andrea</i>	
		19.15/20.00 Aeroboxe <i>Silvia</i>		19.30/20.20 Spinning <i>Sonia</i>	19.15/20.00 Functional Training <i>Andrea</i>	
		19.30/20.30 Spinning <i>Patrizia</i>		19.55/20.45 Coreo Step <i>Matteo</i>		

*: corso compreso in abbonamento a numero chiuso **: corso non compreso in abbonamento, numero minimo 8 bambini



LE OFFICINE
FORGIAMO BENESSERE

dal 26 al 31 Dicembre

Via Cortina d'Ampezzo, 737 Castiglione Olana (VA) - Telefono 0331 850269 - www.forgiamobenessere.it

Piano corsi Capodanno

MATTINA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	9.30/10.15 Soft Tone <i>Claudio</i>		10.00/10.45 Body Flow <i>Andrea</i>			
	10.15/11.00 Body Armony <i>Claudio</i>		10.45/11.30 Dynamic Step <i>Andrea</i>			
PAUSA PRANZO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
			12.45/13.30 Interval Training <i>Andrea</i>	12.45/13.30 Spinning <i>Fabio</i>		
POMERIGGIO	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
SERA	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
	18.30/19.20 Viniyoga <i>Chiara</i>	18.30/19.15 G.A.G. <i>Silvia</i>		19.15/19.55 Functional Training <i>Matteo</i>		
		19.15/20.00 Aeroboxe <i>Silvia</i>		19.30/20.20 Spinning <i>Patrizia</i>		
		19.30/20.30 Spinning <i>Patrizia</i>		19.55/20.45 Coreo Step <i>Matteo</i>		

*.corso compreso in abbonamento a numero chiuso **.corso non compreso in abbonamento, numero minimo 8 bambini



LE OFFICINE
FORGIAMO BENESSERE

dal 2 al 7 Gennaio

Via Cortina d'Ampezzo, 737 Castiglione Olana (VA) - Telefono 0331 850269 - www.forgiamobenessere.it