

lun		mar		mer		gio		ven		sab	
09:00	GINNASTICA VERTEBRALE Raffaella			09:00	POSTURAL TRAINING Raffaella	09:00	PILATES POSTURAL Elena	09:00	PILATES WORKOUT Raffaella		
10:30	CIRCUIT TRAINING Davida	10:00	PILATES POSTURAL Elena		GINNASTICA PRE-PARTO ⚡	10:30	CIRCUIT TRAINING Davida		GINNASTICA POST-PARTO ⚡		
12:30	CARDIO & TONO Romina	12:20	CIRCUIT TRAINING Raffaella	12:30	POWER YOGA Romina	12:20	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:30	CARDIO & TONO Romina		
17:30	POWER YOGA Romina			17:00	PILATES Raffaella	17:30	POWER YOGA Romina			WE_BEAT SCHIO / CORSI 2022-23 lun-ven 06:00 / 22:30 sab 08:00 / 18:00 dom 08:00 / 14:00 CORSO EXTRA ABBONAMENTO Disdetta obbligatoria almeno 8 ore prima del corso DURATA DEL CORSO ☺ I corsi variano da 45 a 60 minuti, salvo diversa indicazione I corsi potranno subire variazioni. Si svolgeranno con un minimo di 7 partecipanti	
18:30	POWER YOGA Romina	18:00	FITBOXE Davida	18:00	CARDIO & TONO Romina	18:30	POWER YOGA Romina	18:00	FITBOXE Davida		
19:30	FUNCTIONAL TRAINING Lara	19:00	STRONG Sarah	19:00	POWER YOGA Romina	19:30	STRONG Sarah				
		19:00	CALISTHENICS Nicolò ⚡			19:30	FUNCTIONAL TRAINING Lara				
20:30	SALSA CUBANA BASE Olga e Andrea ⚡	20:15	REGGAETON Olga e Andrea ⚡	20:00	COUNTRY Francesca ⚡	20:30	VING TSUN Difesa personale Salvatore ⚡				
21:30	SALSA CUBANA INTERMEDIA Olga e Andrea ⚡	21:15	BACHATA BASE Olga e Andrea ⚡								