



PLANNING LEZIONI 2022/23 SD BENESSERE e FITNESS

DISPONIBILITA' PER LEZIONI PRIVATE SU APPUNTAMENTO: Per Informazioni 366.1897940

LUNEDI

FUNZIONALE
8:30 - 9:20

POSTURALE
9:00 - 9:50

POSTURALE
10:00 - 10:50

RIED. POSTURALE
15:30 - 16:20

STONE UP
18:30 - 19:00

MIOFASCIALE
19:15 - 20:05

MIOFASCIALE
20:30 - 21:20

MARTEDI

RIED. POSTURALE
15:30 - 16:20

RIED. POSTURALE
16:30 - 17:20

POSTURALE
17:30 - 18:20

PILATES
19:00 - 19:50

POSTURALE
20:00 - 20:50

MERCOLEDI

STONE UP
18:30 - 19:00

MIOFASCIALE
19:15 - 20:05

MIOFASCIALE
20:30 - 21:20

GIOVEDI

FUNZIONALE
8:30 - 9:20

POSTURALE
9:00 - 9:50

RIED. POSTURALE
15:30 - 16:20

RIED. POSTURALE
16:30 - 17:20

POSTURALE
17:30 - 18:20

PILATES
19:00 - 19:50

POSTURALE
20:00 - 20:50

VENERDI

POSTURALE
10:00 - 10:50

RIED. POSTURALE
16:30 - 17:20

STONE UP
19:00 - 19:50