

SEDE CASTEL GOFFREDO (in presenza e online)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9-10 STRETCH&POSTURA	9.30-10.30 PILATES	9.30-10.45 YOGA DINAMICO	9.30-10.30 PILATES	9.30-10.45 YOGA DINAMICO	9.00-9.50 STRETCH&POSTURA
19.10-20 PILATES	18.30-19-20 BODY TONIC	19.10-20 PILATES	19.10-20 STRETCH&POSTURA		
	20.15-21.30 YOGA				

SEDE CASALOLDO "TILT civico9" (in presenza)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
	9.45-10.45 GYM DOLCE			9.45-10.45 GYM DOLCE	
				18.30-19.20 STRETCH&POSTURA	
20-21.30 KICK BOXING		19-19.50 STRETCH&POSTURA		19.30-21 KICK BOXING	