

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
	MATTINA	MATTINA	MATTINA	MATTINA
	PILATES CLASSICO 09:30 - 10:20 con Chiara sala 1	PILATES DOLCE 09:45 - 10:35 con Lara sala 1	PILATES BARRÈ 09:30 - 10:20 con Laura sala 1	
	PILATES BARRÈ 09:30 - 10:20 con Laura sala 2	PILATES DOLCE 10:45 - 11:35 con Lara sala 1	PILATES CLASSICO 09:30 - 10:20 con Chiara sala 2	PILATES DINAMICO 11:00 - 11:50 con Francesca sala 1
	PILATES IN GRAVIDANZA 10:30 - 11:20 con Chiara sala 1		PILATES IN GRAVIDANZA 10:30 - 11:20 con Laura sala 1	
		PAUSA PRANZO		PAUSA PRANZO
	SERA	PILATES DINAMICO 13:00 - 13:50 con Francesca sala 1	SERA	PILATES DINAMICO 13:00 - 13:50 con Francesca sala 1
	PILATES BARRÈ 19:00 - 19:50 con Laura sala 1		PILATES CLASSICO 18:30 - 19:20 con Mariasole palestra	
SERA	PILATES CLASSICO 19:00 - 19:50 con Mariasole sala 2		PILATES DINAMICO 18:45 - 19:40 con Lara sala 1	
PILATES BARRÈ 18:45 - 19:40 con Laura sala 2			PILATES DINAMICO 18:45 - 19:40 con Lara sala 1	
PILATES BARRÈ 19:45 - 20:40 con Laura sala 2	STRETCHING ADULTI 20:00 - 20:50 con Laura sala 2		DANZA CLASSICA ADULTI 19:15 - 20:30 con Chiara sala 2	SERA
				PILATES 19:30 - 20:20 con Laura sala 2

PROGETTO *health*

**MASSOTERAPIA
E TERAPIA POSTURALE**

CON

KARIN LIESCHNER

IL MERCOLEDÌ

SU APPUNTAMENTO

TEL. 329 264 0526

OSTEOPATA

CON

GIULIA LUPONI

PER BAMBINI E ADULTI

SPECIALIZZATA IN OSTEOPATIA

IN GRAVIDANZA, PEDIATRICA,

E NEONATALE

A CASNIGO E SERIATE

TEL. 348 543 0057

PILATES IN GRAVIDANZA

PER I CORSI SERALI,

ORARI E GIORNI

DA CONCORDARE

CON LE ISTRUTTRICI