

ORARIO LEZIONI

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
	08.00-09.00. Running/Fitwalking*	09.00-10.00 Yoga	08.00-09.00. Running/Fitwalking*	
	09.30-10.30 Functional training		09.30-10.30. Functional training	
	09.30-10.30 Atletica ragazzi*	10.15-11.15 Yoga	09.30-10.30 Atletica ragazzi*	
	09.30-11.00. Qi Gong/Tai Chi*		09.30-11.00. Ginnastica respiratoria Mindfulness*	18.00-19.00 Pilates
18.30-19.30/19.30-20.30 Functional training 18.30-19.30/19.30-20.30. Running/Fitwalking*		18.30-19.30/19.30-20.30 Functional training 18.30-19.30/19.30-20.30 Running/Fitwalking*	10.00-11.00 Posturale*	18.30-19.30/19.30-20.30 Functional training 18.30-19.30/19.30-20.30 Running/Fitwalking*
19.30-20.30 Pilates		18.30-19.30 Atletica ragazzi		18.30-19.30 Atletica ragazzi*
18.30-19.30 Atletica ragazzi*		18.30-19.45 Yoga		19.30-20.30 Yoga

***Lezioni su prenotazione**

Per prenotazioni: eventinellanatura@gmail.com – WApp al 345.0347291