

ORARIO INVERNALE

valido dal 02/10/2023 al 31/05/2024

		LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI
18-19	<i>sala aerea</i>		STRETCHING	CERCHIO INTRO	CERCHIO BASE
	<i>sala gym</i>	POWER TRAINING	POWER TRAINING	SBARRA A TERRA	STRETCHING
	<i>sala pole</i>	POLE AVANZATO	POLE INTERMEDIO		POLE BASE
19-20	<i>sala aerea</i>	TESSUTI INTRO	TESSUTI BASE	CERCHIO INTERMEDIO	CERCHIO INTRO
	<i>sala gym</i>	POWER TRAINING	POWER TRAINING	STRETCHING	POWER TRAINING
	<i>sala pole</i>	POLE INTRO	POLE BASE	POLE AVANZATO	
20-21	<i>sala aerea</i>	TESSUTI INTERMEDIO	TESSUTI AVANZATO		CERCHIO AVANZATO
	<i>sala gym</i>	STRETCHING	SBARRA A TERRA	POWER TRAINING	TESSUTI INTRO
	<i>sala pole</i>	POLE BASE	POLE INTRO	STRETCHING	