

# PROGRAMMA DIRETTE STREAMING

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
MATTINA	MATTINA	MATTINA	MATTINA	MATTINA
H. 9.45 PILATES	H.10.00 GAG	H. 9.45 PILATES	H. 9.45 PILATES	H.10.00 BODY BALANCE
H.10.30 TOTAL BODY	H.10.30 STABILITY GYM	H.10.30 AERODANCE	H.10.30 GAG	H.10.30 ADDOMINALI
H.11.00 BODY STRETCH	H.11.00 SOFT GYM	H.11.00 BODY STRETCH	H.11.00 STABILITY GYM	H.11.00 SOFT GYM
POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO	POMERIGGIO
H.17.00 GAG	H.17.00 BODY BALANCE	H.17.00 TOTAL BODY	H.17.00 CARDIO TONE	H.17.00 AERODANCE
H.17.30 UPPER BODY	H.17.30 ADDOMINALI	H.17.30 POWER TONE	H.17.30 BODY BALANCE	H.17.30 GAG
H.18.00 CARDIO TONE	H.18.00 PUMP UP	H.18.00 BODY BALANCE	H.18.00 TOTAL BODY	H.18.00 PUMP UP