

PROGRAMMA DIRETTE STREAMING

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

COLLEGATI CON NOI ATTRAVERSO I NOSTRI CANALI SOCIAL



@donneinmovimento