



# PLANNING CORSI

## LA PORTA VERDE



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
10. <sup>00</sup> -11. <sup>00</sup> Pilates	10. <sup>00</sup> -11. <sup>00</sup> Fat Burning/Yogaflex		10. <sup>00</sup> -11. <sup>00</sup> Pilates	10. <sup>00</sup> -11. <sup>00</sup> Circuit/Trx Functional
	18. <sup>15</sup> -19. <sup>00</sup> Pilates/Back School		18. <sup>15</sup> -19. <sup>00</sup> Stretch & Core	
19. <sup>00</sup> -19. <sup>45</sup> Balla & Brucia				
	19. <sup>15</sup> -20. <sup>15</sup> Spinning		19. <sup>15</sup> -20. <sup>15</sup> Spinning	
		19. <sup>30</sup> -20. <sup>15</sup> Pilates		
19. <sup>45</sup> -20. <sup>30</sup> Spin/Trx Functional				
Posturale	Tonificazione	Cardio-Tone	Corso Extra-Abbonamento	

CORSI SU PRENOTAZIONE +41 (0) 91 682 21 98