

CORSI DI GRUPPO ALL'APERTO PARTENZA 21/04/2021

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
10:00	STEP		TOTAL BODY		GIN. GENERALE
11:00	TONIFICAZIONE	YOGA	PILATES	YOGA	
13:00	PILATES		PUMP		FUNZIONALE
18:00	TONIFICAZIONE		TONIFICAZIONE	GAG	
18:30					TONIFICAZIONE
19:00	ALL TOGETHER NOW	TOTAL BODY	FUNZIONALE	TOTAL BODY	