

SALA DANZA				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	11:00 – 12:00 GINNASTICA DOLCE	10:30 – 12:00 ASHTANGA YOGA	11:00 – 12:00 GINNASTICA DOLCE	
	13:15 – 14:15 PILATES		13:15 – 14:15 PILATES	
	15:30 – 17:00 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Blu)	15:15 – 16:15 Stretching e Meditazione (v. calendario)	15:30 – 17:00 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Blu)	
17:00 – 18:00 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Bianco)		17:00 – 18:00 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Bianco)		17:15 -18:30 OPEN CLASS CONTEMPORANEO
18:00 – 19:30 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Verde)	18:30 – 20:00 ASHTANGA YOGA	18:00 – 19:30 DANZA CONTEMPORANEA (Gruppo Verde)	18:30 – 20:00 ASHTANGA YOGA	18:45 – 19:45 PILATES respirazione e rilassamento
19:45 – 21:00 OPEN CLASS CONTEMPORANEO	20:30 – 22:30 IAIDO e BATTODO (Spada Giapponese)	19:30 – 20:30 PILATES		

SALA ZEN				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
		10:30 – 12:00 TAI CHI		
		15:30 – 16:30 TANDEM	13:15 – 14:15 FELDENKRAIS	
17:00 – 18:00 PROPEDEUTICA		16:45 – 17:45 BREAKDANCE		16:45 – 17:45 BREAKDANCE
	17:30 – 18:30 KARATE Principianti	17:45 – 18:45 HIP HOP	17:30 – 18:30 KARATE Principianti	17:45 – 18:45 HIP HOP
18:45 – 19:45 PILATES DINAMICO	18:30 – 20:00 KARATE Agonisti	19:00 – 20:00 HATA YOGA	18:30 – 20:00 KARATE Agonisti	19:00 – 20:00 HATA YOGA
20:00 – 21:00 ZUMBA			20:00 – 21:00 ZUMBA	