

# CALENDARIO PROVVISORIO 2020-2021

A.S.D OFFICINE DEL SOLE

CORSI ADULTI - VIA RANDACCIO, 7						CORSI ADULTI - VIA VOLONTERIO, 5				
LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
					10.00/11.00					
					ANTIGRAVITY BASE					
					sanificazione					
		12.45/13.45	12.45/13.45		11.15/12.15			12.45/13.45	12.45/13.45	
		ANTIGRAVITY BASE	ANTIGRAVITY OPEN LEVEL		ANTIGRAVITY BASE			GINNASTICA PELVICA	GINNASTICA POSTURALE	
		sanificazione	sanificazione		sanificazione			sanificazione	sanificazione	
				17.30/18.30			17.30/18.30			
				SALVA SCHIENA small group			GINNASTICA POSTURALE ON- LINE			
				sanificazione						
18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45		18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45	18.45/19.45
ALLENAM. FUNZIONALE	FLEXIBILITY	ANTIGRAVITY FLOW	ANTIGRAVITY BASE	ANTIGRAVITY POWER		DANZA DEL VENTRE INTERM/AVANZ	YOGA	DANZA DEL VENTRE INTERMEDIO III	DANZA DEL VENTRE BASE	GINNASTICA POSTURALE
sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione		sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione
20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00		20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00	20.00/21.00
ANTIGRAVITY POWER	ANTIGRAVITY EVOLUTION	ANTIGRAVITY POWER	ANTIGRAVITY EVOLUTION	ANTIGRAVITY BASE		DANZA DEL VENTRE INTERMEDIO I	YOGA	DANZA DEL VENTRE AVANZATO	DANZA DEL VENTRE INTERMEDIO	GINNASTICA PELVICA
sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione		sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione	sanificazione
21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15		21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15	21.15/22.15
ANTIGRAVITY POWER	ANTIGRAVITY FLOW	FLEXIBILITY	ALLENAM. FUNZIONALE	YOGA		DANZA DEL VENTRE INTERMEDIO III	YOGA	DANZA DEL VENTRE ETNIKA	GINNASTICA POSTURALE	GINNASTICA RESPIRATORIA & RILASSAMENTO
	21.15/22.15			21.15/22.15						21.15/22.45
	CELLULITE KO! anche ON-LINE			DIMAGRIMENTO anche ON-LINE						MOVE! DANCE&JOY