

Calendario corsi Officine del Sole



CORSI ADULTI

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
17:45 - 18:40 INDOOR CYCLING	13:00 - 14:00 PILATES	18:40 - 19:50 ANTIGRAVITY	18:00 - 19:00 PILATES	09:30 - 10:30 PILATES
18:00 - 19:00 YOGA	18:30 - 19:30 YOGA	18:45 - 19:45 DANZA DEL VENTRE anche diretta online	18:30 - 19:40 ANTIGRAVITY	18:00 - 19:00 GINNASTICA PELVICA
18:45 - 19:45 FUNZIONALE TRX	18:45 - 19:45 TOTAL-BODY DIMAGRIMENTO	20:00 - 21:00 DANZA DEL VENTRE Avanzato	19:00 - 20:00 DANZA DEL VENTRE	18:30 - 19:30 NORDIC WALKING
19:00 - 20:00 DANZA DEL VENTRE	19:45 - 20:45 YOGA	20:00 - 21:00 TOTAL-BODY DIMAGRIMENTO anche diretta online	19:45 - 20:55 ANTIGRAVITY	19:00 - 20:00 GINNASTICA POSTURALE anche diretta online
20:00 - 21:00 ANTIGRAVITY	19:50 - 20:45 INDOOR CYCLING	21:00 - 22:00 FUNZIONALE TRX anche diretta online	20:00 - 21:00 DANZA DEL VENTRE	20:15 - 21:15 ALLEN A 360°
20:00 - 21:00 DANZA DEL VENTRE	20:45 - 21:40 INDOOR CYCLING	21:15 - 22:15 DANZA DEL VENTRE Etnika - anche diretta online	21:00 - 21:50 INDOOR CYCLING	20:15 - 21:15 CELLULITE KO
21:15 - 22:30 ANTIGRAVITY corso Base	21:00 - 22:00 YOGA		21:15 - 22:15 GINNASTICA POSTURALE anche diretta online	

CORSI BAMBINI

VENERDÌ	SABATO
17:00 - 17:45 PICCOLO CIRCO dai 4 ai 6 anni	10:00 - 10:45 CIRCO IN FAMIGLIA 2-3 anni (ogni 15 giorni)