



CENTRO PILATES

di Milena Jotti

Corsi Adulti 2021-2022

Lunedì

8.30 – 9.55	Mix mat e apparecchi	Milena
12.15 – 13.10	Trio apparecchi	Milena
18.00 – 18.55	Trio o Gruppo <i>gennaio 2022</i>	Roberto
19.15 – 20.40	Hatha Yoga	Roberto

Martedì

9.30 – 10.25	Piccolo gruppo	Milena
10.30 – 11.25	Senior over 60 <i>Nuovo</i>	Milena
12.15 – 13.10	Trio apparecchi	Milena
18.00 – 18.55	Trio o Gruppo	Roberto
19.00 – 19.55	Trio o Gruppo <i>da gennaio 2022</i>	Roberto
20.00 – 21.25	Mix mat e apparecchi <i>gennaio 2022</i>	Roberto

Mercoledì

7.00 – 8.25	Hatha Yoga <i>Nuovo</i>	Roberto
12.15 – 13.10	Trio apparecchi <i>da gennaio 2022</i>	Roberto

Giovedì

9,00 – 9.55	Trio	Milena
12.15 – 13.10	Trio apparecchi	Milena
18.00 – 18.55	Trio apparecchi	Roberto
19.00 – 20.25	Mix mat e apparecchi	Roberto
20.30 – 21.30	Trio apparecchi <i>da gennaio 2022</i>	Roberto

Venerdì

10.00 – 11.25	Mix mat e apparecchi	Milena
12.15 – 13.10	Trio apparecchi	Roberto
17.00 – 18.15	Hatha Yoga <i>Nuovo</i>	Roberto

Nuovo