



PROGRAMMA ATTIVITA' STAGIONE 2011-2012

GINNASTICA DOLCE ADULTI/ANZIANI

- CORSI BISETTIMANALI: LUN/GIO 10:45-11:30; 11:45-12:30
MAR/VEN 10:45-11:30; 11:45-12:30

GAG (tonificazione addominali, gambe, glutei)

- CORSI BISETTIMANALI: LUN/GIO 12:45-13:30; 18:45-19:30;
MAR/VEN 12:45-13:30;
MAR/VEN 15:30-16:30; 17:30-18:30

PILATES

- CORSI BISETTIMANALI: LUN/GIO 13:45-14:30; 19:45-20:30;
MAR/VEN 13:45-14:30; 16:45-17:30

YOGA

- CORSI BISETTIMANALI: MAR/VEN 18:30-19:30

BALLI DI GRUPPO

- CORSI BISETTIMANALI: MAR/VEN 19:30-20:30