

CALENDARIO SALE 2023 MINICLASSI PILATES - YOGA

Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato	
		7.20 - 8.20 AVANZATA	7.30 - 8.30 BASE			7.20 - 8.20 AVANZATA		7.30 - 8.30 BASE			
8.15 - 9.15 HOT YOGA		8.20 - 9.20 INTERMEDIA		8.15 - 9.15 HOT YOGA		8.20 - 9.20 INTERMEDIA			8.10 - 9.10 INTERMEDIA	8.00 - 9.00 BASE	
	9.30 - 10.30 POSTURALE	9.20 - 10.20 POSTURALE		9.30 - 10.30 POSTURALE		9.20 - 10.20 POSTURALE	9.30 - 10.30 POSTURALE	9.20 - 10.20 POSTURALE		9.00 - 10.00 BASE	
10.00 - 11.00 POSTURALE	10.30 - 11.30 POSTURALE	10.20 - 11.20 POSTURALE		10.30 - 11.30 POSTURALE		10.20 - 11.20 POSTURALE		10.20 - 11.20 BASE			
11.00 - 12.00 BASE				11.30 - 12.30 BASE				11.20 - 12.20 POSTURALE			
	12.00 - 13.00 BASE						12.00 - 13.00 BASE				
13.10 - 14.10 BASE	13.20 - 14.20 BASE	13.00 - 14.00 INTERMEDIA		13.10 - 14.10 BASE	13.20 - 14.20 BASE	13.20 - 14.20 BASE	13.00 - 14.00 INTERMEDIA	13.10 - 14.10 BASE			
14.20 - 15.20 AVANZATA		14.00 - 15.00 POSTURALE			14.20 - 15.20 AVANZATA			14.20 - 15.20 AVANZATA	14.10 - 15.10 POSTURALE		
	14.45 - 15.45 POSTURALE	15.00 - 16.00 BASE			15.15 - 16.15 BASE				15.30 - 16.30 POSTURALE		
	15.45 - 16.45 BASE				16.15 - 17.15 POSTURALE		16.30 - 17.30 POSTURALE				
	16.45 - 17.45 POSTURALE	17.00 - 18.00 BASE			17.15 - 18.15 BASE		17.30 - 18.30 BASE		17.30 - 18.30 BASE		
17.45 - 18.45 BASE	18.00 - 19.00 BASE	18.30 - 19.30 BASE	18.00 - 19.00 BASE	18.00 - 19.00 BASE	18.15 - 19.15 INTERMEDIA	18.00 - 19.00 BASE	18.30 - 19.30 BASE		18.30 - 19.30 BASE		
18.45 - 19.45 INTERMEDIA	19.00 - 20.00 INTERMEDIA	19.30 - 20.30 BASE	19.00 - 20.00 AVANZATA	19.00 - 20.00 INTERMEDIA		19.00 - 20.00 AVANZATA			19.30 - 20.30 BASE		
						20.00 - 21.00 HOT YOGA					
20.15 - 21.15 HOT YOGA											

LA GRANDE ONDA STUDIO PILATES & YOGA - Via Collodi 3 - CITTA DI CASTELLO (PG) - 371 1751807

info@lagrandeonda.org - www.lagrandeonda.org - fb / pilatescastello.it - Instagram / pilatesyogalgo