

Joy moves

STAR BENE IN MOVIMENTO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08.00-08.50 YOGA Gianluca	08.00-08.50 PILATES METHOD Vincenzo		08.00-08.50 PILATES METHOD Vincenzo		
			10.00-11.00 BALANCE Gianluca		
	11.00-11.50 ELDOA Roberta		11.00-11.50 PILATES METHOD Vincenzo		11.00-11.50 CLASS SURPRISE
12.00-12.50 GYROKINESIS Eleonora					12.00-13.00 THAI MASSAGE Piero
			13.10-14.00 YOGA WALL postural Roberta		
13.10-14.00 BODY FLYING Manuela	13.10-14.00 BARRE Sabrina	13.10-14.00 TRX Roberta	13.10-14.00 BODY TONE Manuela	13.10-14.00 PILATES METHOD Vincenzo	13.30-14.30 THAI MASSAGE Piero
	18.00-18.50 PILATES METHOD Gianluca	18.00-18.50 BODY FLYING Manuela			15.00-16.00 THAI MASSAGE Piero
		18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta		18.00-18.50 FIT PILATES Sabrina	16.30-17.30 THAI MASSAGE Piero
	19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela		19.00-19.50 BARRE Sabrina		
19.00-19.50 ELDOA Roberta	19.00-19.50 PILATES METHOD Gianluca	19.00-19.50 BODY TONE Sabrina	19.00-19.50 ELDOA Gianluca		18.00-19.00 THAI MASSAGE Piero
20.00-20.50 ABS GLUTES LEGS Sabrina	20.00-20.50 BUNGEE FLY Manuela	20.00-20.50 BUNGEE FLY Manuela	20.00-21.00 YOGA WALL Belinda		
			20.00-20.50 BODY FLYING Manuela		

Tutte le classi sono comprese con l'acquisto di un pacchetto lezioni ad esclusione del massaggio thailandese.

Le classi di TRX, TONIFICAZIONE, GAMBE GLUTEI ADDOMINALI, necessitano di scarpe ad uso interno, tutte le altre classi calza antiscivolo. Le disdette e le prenotazioni vanno effettuate entro 24 ore dall' inizio delle lezioni. Decorso tale termine verranno conteggiate come eseguite.

Classi attive con minimo due partecipanti. L'orario potrebbe subire variazioni.