

Joy moves

STAR BENE IN MOVIMENTO

LUGLIO 2021

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO/DOMENICA
	08.00-8.50 ** METODO PILATES Vincenzo on line				10.30-19.00 MASSAGGIO THAIANDESE corpo • piede • viso su prenotazione
			09.30-10.20 TRX Roberta in studio		
11.00-11.50 ** ELDOA Roberta in studio			11.00-11.50 ** METODO PILATES Vincenzo in studio		
13.10-14.00 * TONIFICAZIONE Roberta on line	13.10-14.00 ** YOGA WALL Roberta in studio	13.10-14.00 * GAMBE GLUTEI ADD Sabrina/Roberta in studio		13.10-14.00 * TONE UP ADDOMINALI Roberta on line	
18.30-19.20 ** METODO PILATES Vincenzo in studio			18.30-19.20 ** ELDOA Roberta in studio		
		19.00-19.50* TRX Roberta in studio			
20.00-21.00 ** YOGA WALL Belinda/Roberta in studio		20.00-20.50 ** BODY FLYING Manuela in studio			

* Classi dove sono necessarie scarpe da ginnastica dedicate esclusivamente ad uso interno

** Calza specifica antiscivolo obbligatoria

I corsi vanno prenotati settimanalmente scrivendo nome cognome giorno orario e corso scelto

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.

To register please email / per favore prenotarsi: prenotazioni@joymoves.it

WhatsApp 351 988 8383