

Joy moves

STAR BENE IN MOVIMENTO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
	08.00-8.50 METODO PILATES Vincenzo		08.00-8.50 METODO PILATES Vincenzo	08.15-9.00 GYROKINESIS Paola	
					11.00-11.50 CLASS SURPRISE
	11.00-11.50 ELDOA Roberta		11.00-11.50 METODO PILATES Vincenzo		
12.00-12.50 GYROKINESIS Eleonora			13.10-14.00 YOGA WALL postural Roberta		12.00-13.00 MASSAGGIO THAI Piero
13.10-14.00 BODY FLYING Manuela	13.10-14.00 BARRE Sabrina	13.10-14.00 TRX Roberta	13.10-14.00 BUNGEE FLY Manuela	13.10-14.00 METODO PILATES Vincenzo	13.30-14.30 MASSAGGIO THAI Piero
		18.00-18.50 BODY FLYING Manuela			15.00-16.00 MASSAGGIO THAI Piero
18.30-19.20 GYROKINESIS Eleonora	18.00-18.50 METODO PILATES Gianluca	18.30-19.20 ELDOA Tone Roberta	19.00-19.50 BARRE Sabrina		16.30-17.30 MASSAGGIO THAI Piero
19.00-19.50 ELDOA Roberta	19.00-19.50 FUNCTIONAL MOVE Gianluca	19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina	19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca	19.00-20.00 HATHA YOGA FLOW Ursula	18.00-19.00 MASSAGGIO THAI Piero
20.00-20.50 GAMBE ADD GLUTEI Sabrina	20.00-20.50 BUNGEE FLY Manuela	20.00-20.50 BODY FLYING Manuela	20.00-21.00 YOGA WALL Belinda		

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.