

Joy moves

STAR BENE IN MOVIMENTO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
08.00-08.50 YOGA Gianluca	08.00-08.50 METODO PILATES Vincenzo		08.00-08.50 METODO PILATES Vincenzo		
			10.00-11.00 BALANCE Gianluca		
	11.00-11.50 ELDOA Roberta		11.00-11.50 METODO PILATES Vincenzo		11.00-11.50 CLASS SURPRISE
12.00-12.50 GYROKINESIS Eleonora					12.00-13.00 MASSAGGIO THAI 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 TONIFICAZIONE Manuela	13.10-14.00 METODO PILATES Vincenzo	13.30-14.30 MASSAGGIO THAI Piero
	18.00-18.50 METODO PILATES Gianluca	18.00-18.50 BODY FLYING Manuela			15.00-16.00 MASSAGGIO THAI Piero
		18.30-19.20 ELDOA TONE Roberta		18.00-18.50 FIT PILATES Sabrina	16.30-17.30 MASSAGGIO THAI Piero
	19.00-19.50 BUNGEE FLY Manuela		19.00-19.50 BARRE Sabrina		
19.00-19.50 ELDOA Roberta	19.00-19.50 METODO PILATES Gianluca	19.00-19.50 TONIFICAZIONE Sabrina	19.00-19.50 ELDOA Gianluca		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 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.