











CENTRO CIVICO F.GANDINI CALENDARIO PALESTRA 2024

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
YOGA TERAPIA 8.00/9.00		ALL.CORPO BASE 8.30/9.30	YOGA TERAPIA 7.30/8.30		
	POSTURALE + M.REME 9.00/10.15	ALL.CORPO AV. 9.30/10.30	POSTURALE + M.REME 9.00/10.15	BALLI DI GRUPPO 9.00/10.00	MOVI-MENTE 10.30/11.30
		PARKINSON 11.00/12.00	PILATES + M.REME 10.30/11.45		
ALL.CORPO BASE 15.00/16.00			PILATES + M.REME 12.30		
PARKINSON 16.00/17.00					
ALL.CORPO AV. 17.00/18.00		MOVI-MENTE 16.30/17.30			
ALL.CORPO YOUNG 18.00/19.00	PILATES + M.REME 18.15	BALLI DI GRUPPO 18.00/19.00	GINN.PAV.PELVICO 18.30/19.30	TAI JI QUAN 19.00/21.00	
DIFESA PERSONALE KRAV MAGA 20.00/21.00			HATHA YOGA 19.45/20.45		

CONTATTI DEI PROFESSIONISTI

 YOGA TERAPIA (Cinzia) - 349/3955424	 GINN.POST./PILATES (Sara) - 328/4625819	 HATHA YOGA (Tiziana) - 339/5088655	 TAI JI QUAN (Alessandro) 347/0033196
 ALLENACORPO (Cesare) - 338/3386984	 MOVI-MENTE (Guendalina) - 345/0323078	 BALLI DI GRUPPO (Sara) - 349/5019719	
 DIFESA PERSONALE KRAV MAGA (Elisa) - 345/3697560	 GINN.PAV.PELVICO (Barbara) - 375/7927303	 MAMMA FIT (Federica) - 348/0006769	