

PLANNING CORSI SAM

LUN

10.15	Pilates & Stretch	(Chiesa, Breganzona)
19.30	G.A.G	(Scuole Elementari Savosa)
20.30	Kangoo Jumps	(Scuole Elementari Savosa)

MAR

14.00	Pilates	(Chiesa, Breganzona)
18.45	Zumba	(Scuole Medie Massagno)
19.30	Stretch & Tone	(Scuole Medie Massagno)

MER

09.00	Zumba	(Chiesa, Breganzona)
17.30	Ginnastica Anziani	(Scuole Medie Massagno)
18.30	Acqua Gym	(Pregassona)
19.00	Zumba	(Scuole Elementari Savosa)
19.15	HIIT and Tone	(Scuole Medie Massagno)
20.10	Pilates	(Scuole Elementari Savosa)

GIO

09.30	Total Body	(Chiesa, Breganzona)
18.15	Pilates	(Scuole Medie Besso)

SAB

9.30	Total Body	(Scuole Medie Massagno)
-------------	------------	-------------------------