

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH URSULA	10:15 - 11:15 POSTURALE VANESSA	6:30 - 7:30 Team POSTURALE CHIARA	10:15 - 11:15 POSTURE DELLA SALUTE MARCO	9:30 - 10:30 HARMONY STRETCH URSULA
10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH URSULA	11:30 - 12:30 POSTURALE VANESSA	10:30 - 11:30 PILATNESS URSULA	11:30 - 12:30 POSTURALE VANESSA	10:30 - 11:30 HARMONY STRETCH URSULA
13:30 - 14:30 POSTURALE VANESSA	13:30 - 14:30 PILATES VANESSA	13:30 - 14:30 TAI CHI MARCO	13:30 - 14:30 YOGA VANESSA	13:30 - 14:30 POSTURALE VANESSA
17:00- 18:00 Team POSTURALE ENZA	17:15 - 18:15 HATHA YOGA SABRINA BASILE	LEZIONI INDIVIDUALI O DI GRUPPO SU PRENOTAZIONE	17:00- 18:00 Team POSTURALE DANIELA	LEZIONI INDIVIDUALI O DI GRUPPO SU PRENOTAZIONE
18:00 - 19:00 TAI CHI MARCO	18:00 - 19:00 PILATNESS URSULA	18:00 - 19:00 POSTURALE MARCO	18:00 - 19:00 HARMONY STRETCH URSULA	17:30 - 18:30 HATHA YOGA SABRINA BASILE
19:00 - 20:00 HARMONY STRETCH URSULA	18:30 - 19:30 MEDITAZIONE SABRINA VAIANI	19:00 - 20:00 VINYASA YOGA SABRINA BASILE	18:30 - 19:30 YOGA VALERIA	19:00 - 20:00 VINYASA YOGA SABRINA BASILE
19:15 - 20:30 WING CHUN MARCO	19:00 - 20:00 PILATNESS URSULA	19:15 - 20:15 POSTURALE MARCO	19:00 - 20:00 HARMONY STRETCH URSULA	19:00 - 20:00 Team POSTURALE FRANCESCA
20:30 POI ART ACADEMY	19:45 - 20:45 Team POSTURALE FRANCESCA	20:30 POI ART ACADEMY	20:15 - 21:30 DANZA ESPRESSIVA	SEMINARI E MEDITAZIONI

TAI CHI - QI GONG
WING CHUN - POSTURALE

Marco Maci 328 1512391
marcomaci77@yahoo.it

MEDITAZIONE

Sabrina Vaiani 347 6122316

GINNASTICA POSTURALE
PILATES - YOGA

Vanessa Tiburzi 346 3114952
aletheia.benessere@gmail.com

HARMONY STRETCH
PILATNESS

Ursula Wolska 338 8475751
uwolska@yahoo.it

HATHA YOGA

Sabrina Basile 338 2075394

YOGA

Valeria Castelli 3497976048

DANZA
ESPRESSIVA

Ivana Caffaratti 392 3888063
Valeria Castelli 3497976048

TEAM
POSTURALE

Marco Maci 328 1512391