

LUNEDI'

MARTEDI'

MERCOLEDI'

GIOVEDI'

VENERDI'

	SALA G	SALA P	SALA T	SALA G	SALA P	SALA T	SALA G	SALA P	SALA T	SALA G	SALA P	SALA T	SALA G	SALA P	SALA T
6.00				6.30 - 7.30 YOGA RISVEGLIO		6.30 - 7.30 YOGA E CALIST.	6.30 - 7.30 ASHTANGA YOGA			6.30 - 7.30 YOGA RISVEGLIO			6.30 - 7.30 ASHTANGA YOGA		
8.00				8.45 - 9.45 YOGA DOLCE						8.45 - 9.45 YOGA DOLCE					
13.00	13.30 - 14.15 STRETCHING			13.00 - 14.00 YOGA MULTILIV.			13.30 - 14.15 PILATES			13.00 - 14.00 YOGA MULTILIV.					12.45 - 13.45 KICK BOX adulti
14.00	14.45 - 16.45 MOD. JAZZ over 16		14.45 - 16.45 MODERN 11 - 14 int\av				14.45 - 16.45 MO. JAZZ over 16		14.45 - 16.45 MODERN 13 - 15 int\av			14.45 - 16.45 MODERN 11 - 14 int\av	14.45 - 16.45 MODERN 13 - 15 int\av		
16.00	16.45 - 18.45 MODERN 10 - 14 princ	16.45 - 17.45 MODERN 6 - 8 princ	16.45 - 18.00 ACROBATICA 6 - 9 anni	16.45 - 18.00 MODERN 8 - 11 av	16.45 - 18.00 MODERN 7 - 10 av	16.15 - 17.05 BABY DANCE 2 - 5 anni	16.45 - 18.45 MODERN 10 - 14 princ	16.45 - 17.45 MODERN 6 - 8 princ	16.45 - 18.00 BREAKD. over 8	16.45 - 18.00 MODERN 8 - 11 av	16.45 - 18.00 MODERN 7 - 10 av	16.45 - 18.00 MODERN 8 - 11 princ	16.45 - 17.35 BREAKD. over 8		
17.00		17.45 - 19.00 MODERN 8 - 11 princ				17.05 - 18.00 MODERN 6 - 8 av							17.35 - 18.55 BREAKD. over 8		17.30 - 19.00 ACROBATICA over 9
18.00	18.45 - 19.30 TOTAL BODY			18.00 - 19.00 RITMICA	18.30 - 19.30 HIPHOP 6 - 10 princ	18.15 - 19.30 KARATE 4 - 7 anni	18.45 - 20.00 YOGA	18.45 - 19.30 TOTAL BODY	18.30 - 19.30 CALISTHENIC		18.00 - 19.15 CLASSICA	18.15 - 19.30 KARATE 4 - 7 anni			
19.00	19.30 - 21.00 TAI CHI QIGONG	19.00 - 20.00 YOGA	19.30 - 20.30 CALISTHENIC	19.15 - 20.30 KARATE 11 - 14 anni	19.30 - 20.30 CAPOEIRA	19.30 - 20.30 KARATE adulti				19.15 - 20.30 KARATE 11 - 14 anni	19.15 - 20.45 CAPOEIRA	19.30 - 20.30 KARATE adulti	19.00 - 20.00 S.G.T. CROSSCARD.		19.45 - 20.45 KOMBAT FUNZIONALE
20.00		20.00 - 21.00 PILATES	20.30 - 22.00 KRAV MAGA			20.30 - 21.30 KICK BOX adulti	20.00 - 21.45 DANZA over 20			20.15 - 21.45 TAI CHI QIGONG		20.30 - 21.30 KICK BOX adulti			

SETTIMANA DEL BENESSERE

DAL 14 AL 22 MARZO 2026

PALINSESTO CORSI OFF- VIA G.ROSSINI 2, CARPI

INFO E PRENOTAZIONI AL NUMERO W.APP 366 8743817