

CORSI FITNESS E BENESSERE

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
10:30-11:30	GINNASTICA POSTURALE <i>Alessandra</i>	TABATA BRUCIA GRASSI <i>Maddalena</i>			GINNASTICA POSTURALE <i>Alessandra</i>
11:30 - 12:30	POWER YOGA <i>Alessandra</i>	KILLER GLUTEI <i>Maddalena</i>			POWER YOGA <i>Alessandra</i>
12:30- 13:30	PILATES <i>Alessandra</i>	TOTALBODY TONE <i>Maddalena</i>			PILATES <i>Alessandra</i>
17:00-18:00	GINNASTICA POSTURALE (16:30 -17: 30) <i>Alessandra</i>		GINNASTICA POSTURALE <i>Alessandra</i>	TABATA BRUCIA GRASSI <i>Maddalena</i>	GINNASTICA POSTURALE <i>Alessandra</i>
18:00-19:00	POWER YOGA (17:30-18:30) <i>Alessandra</i>		POWER YOGA <i>Alessandra</i>	KILLER GLUTEI <i>Maddalena</i>	POWER YOGA <i>Alessandra</i>
19:00-20:00	PILATES (18:30-19:30) <i>Alessandra</i>		PILATES <i>Alessandra</i>	TOTALBODY TONE <i>Maddalena</i>	PILATES <i>Alessandra</i>

CORSI DI DANZA

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ	VENERDÌ
SALA	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 1
17 /18	CARAIBICI KIDS (5/6 anni) Cosimo e Lorena	FLAMENCO (9/11 anni) Marisa Diaz	PROPEDEUTICA (4/ 5 Anni) Lorena	BREAK DANCE (6/7Anni) 17:30-18:30 Noa	DANZA CLASSICA (5/6 Anni) Lorena	CONTEMPORANEO 17:30-18:30 Sophie	DANZA CLASSICA (11/12 anni) Lorena	BREAK DANCE (12/13 anni) Noa
18/19	CARAIBICI TEEN (11 /12 anni) Cosimo e Lorena			HIP HOP 18:30 -19:30 Noa	DANZA MODERNA (5/ 6 anni) Lorena		DANZA MODERNA (11-12 anni) Lorena	
19/20		FLAMENCO (Liv. base) Marisa Diaz				HEELS 19:00/20:30 Sophie		
20/21	AFROBEAT Lincoln				DANCEHALL (20:00/21:30) Lincoln	REGGAETON 20:30-21:30 Sophie		

CORSI DI BALLO

	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
SALA	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 1	SALA 1	SALA 2
20:30 /21:30	BACHATA (Base) Cosimo e Lorena	BALLO LISCIO, BALLO DA SALA E DANZE STANDARD (primi passi) Fabio e Marzia	TANGO ARGENTINO 20:00/21:00 Giovanni e Alessandra	SALSA ON 2 (Liv. base) Cosimo e Lorena	BODY MOVEMENT Cosimo e Lorena	SALSA ON 1 (pre- interm.) Cosimo e Lorena	GESTUALITA' FEMMINILE (base) Lorena	GESTUALITA' MASCILE (base) Cosimo
21:30/ 22:30	SALSA (Base) Cosimo e Lorena	BALLO LISCIO, BALLO DA SALA, DANZE STANDARD (Liv. Avanzato) Fabio e Marzia		MUSICALITY (Liv. interm./avanz.) Cosimo e Lorena	SALSA ON 1 (Liv. interm./avanz.) Cosimo e Lorena	BACHATA (pre- interm.) Cosimo e Lorena		
22:30/ 23:30				SALSA ON2 (Liv. interm./avanz.) Cosimo e Lorena	BACHATA (Liv. Interm./avanz.) Cosimo e Lorena			

CORSI AL SABATO

	SABATO	
SALA	SALA 1	SALA 2
15:30 /16:30	GESTUALITA' FEMMINILE (LIV. Intermedio) Lorena	GESTUALITA' MASCHILE (LIV. Intermedio/avanzato) Cosimo
16:30 /17:30	COREOGRAFICO FEMMINILE SALSA (LIV. Intermedio/avanzato) Lorena	COREOGRAFICO MASCHILE (LIV. Intermedio /avanzato) Cosimo
17:30/18:30	COREOGRAFICO FEMMINILE BACHATA (LIV. Intermedio /avanzato) Lorena	