

LEZIONI ALL'APERTO

	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì		Sabato		Domenica				
10:15	Props Kiki		09:30	Aerobic Cross (Massimo)		10:15	Postural Pilates Kiki		10:15	Props Kiki		09:30	Spinning Massimo P.		10:30	Spinning Massimo P.	
13:30	Spinning Massimo P.		10:00	Stretching + Tone Kiki		13:30	Spinning Massimo P.		13:30	Spinning Massimo P.		10:30	Tabata Chiara		11:00	lezione a rotazione*	
15:00	Pilates Stretch Kiki		14:00	Pilates Kiki		15:00	Pilates MAT Kiki		15:00	Pilates (piccoli attrezzi) Kiki		11:00	Jazzercise Monica				
			16:00	Body Pump Letizia		18:30	Funzionale Chiara		18:30	Funzionale Chiara		15:00	lezione a rotazione*				
			16:00	Spinning Paolo			16:00	Spinning Paolo									

**TUTTE LE LEZIONI SI SVOLGERANNO ALL'APERTO CON UN MINIMO DI 4 PERSONE
 CON PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA
 NEL RISPETTO DELLE NORMATIVE E DISTANZIAMENTO
 PER EVENTUALI VARIAZIONI CONSULTARE LE PAGINE HELIOSVILLAGE DI FACEBOOK/INSTAGRAM**