



CORSI TERRA

in collaborazione con



SABATO	
10.00 - 10.45	STEP & TONE
10.15 - 11.00	PINKENERGY MUM & KIDS
11.00 - 11.45	BODY & MIND
LUNCH TIME	
14.00 - 14.30	TRX
14.45 - 15.30	PINKENERGY BOOTCAMP
15.45 - 16.30	PILATES
16.45 - 17.15	TRX
DOMENICA	
10.00 - 10.45	PINKENERGY BOOTCAMP
11.00 - 11.45	PINKENERGY MUM & KIDS
11.00 - 11.30	TRX
LUNCH TIME	
14.15 - 15.00	PILATES
15.15 - 16.00	PINKENERGY BOOTCAMP
16.15 - 17.00	ZUMBA

CORSI ACQUA

in collaborazione con



SABATO	
10.00-10.45	ACQUA TONIC
11.00-11.45	ACQUA JUMP
LUNCH TIME	
14.00-14.45	ACQUA GYM
15.00-15.45	ACQUA BIKE
16.00-16.45	ACQUA GAG
DOMENICA	
10.00 - 10.45	ACQUA GAG
11.00 - 11.45	ACQUA JUMP
LUNCH TIME	
14.00 - 14.45	ACQUA BIKE
15.00 - 15.45	ACQUA TONIC
16.00 - 16.45	ACQUA GYM



SABATO	
10.00-10.30	PILATES
10.45-11.15	YOGA IN GRAVIDANZA
11.30-12.00	POWER VINYASA YOGA
LUNCH TIME	
14.00-14.30	MEDITAZIONE
14.45-15.15	PILATES
15.30-16.00	HATHA YOGA
16.15-16.45	POWER VINYASA YOGA

DOMENICA	
10.00-10.30	POWER VINYASA YOGA
10.45-11.15	PILATES IN GRAVIDANZA
11.30-12.00	HATHA FLOW
LUNCH TIME	
14.00-14.30	MBSR
14.45-15.15	POWER VINYASA YOGA
15.30-16.00	HATHA FLOW
16.15-16.45	PILATES

in collaborazione con

