Lunedì			Martedì			Mercoledì		
STUDIO 1	**STUDIO 2**	**STUDIO 3**	**STUDIO 1**	**STUDIO 2**	**STUDIO 3**	**STUDIO 1**	**STUDIO 2**	**STUDIO 3**
8.30-9.30 Pilates Reformer Lara						8.30-9.30 Pilates Tower Lara		
9.30-10.30 Pilates Reformer Lara					9.00-10.00 Yoga Grazia	9.30-10.30 Pilates Tower Lara		
11.00-12.00 Pilates Reformer Lara		10.30-11.30 Pancafit Group Grazia			10.30-11.30 Fascial Pilates Chiara			
					11.30-12.30 Fascial Pilates Chiara			
			12.30-13.30 Pilates Tower Silvana					
13.30-14.30 Pilates Reformer Verena		13.30-14.30 Pancafit Group Grazia			13.30-14.30 Pilates Matwork Silvana	13.00-14.00 Pilates Tower Verena		
14.30-15.30 Pilates Reformer Verena							14.00-15.00 Pilates Minigruppo Verena	
17.30-18.30 Pilates Reformer Giovanna			17.30-18.30 Pilates Tower Denise					
18.30-19.30 Pilates Reformer Giovanna		18.30-19.30 Yoga Grazia		18.30-19.30 Pilates Minigruppo Silvana	18.30-19.30 Pancafit Group Denise	18.30-19.30 Pilates Tower av Silvana		18.00-19.00 Iyengar Yoga online Viktoriya
19.30-20.30 Pilates Reformer Giovanna			19.30-20.30 Pilates Tower Denise		19.30-20.30 Pilates Matwork Silvana	19.30-20.30 Pilates Tower av Silvana		
20.30-21.30 Pilates Reformer Giovanna								20.00-21.15 Iyengar Yoga Viktoriya

Giovedì			Venerdì		
STUDIO 1	**STUDIO 2**	**STUDIO 3**	**STUDIO 1**	**STUDIO 2**	**STUDIO 3**
8.30-9.30 Pilates Reformer av Silvana					9.00-10.00 Pilates Gravidanza Chiara
9.30-10.30 Pilates Reformer av Silvana			10.00-11.00 Pilates Reformer Verena		10.00-11.00 Fascial Pilates Chiara
			11.00-12.00 Pilates Reformer Verena		
12.30-13.30 Pilates Reformer av Silvana		12.30-13.30 Ginn. Posturale Aurora			12.00-13.15 Iyengar Yoga Viktoriya
13.30-14.30 Pilates Reformer av Silvana			13.00-14.00 Pilates Reformer Verena		
	16.30-17.30 Pilates Gravidanza Verena	16.30-17.30 Psicomotricità Camilla			
17.30-18.30 Ginn.Posturale Teen Verena		17.30-18.30 Psicomotricità Camilla			
18.30-19.30 Pilates Reformer Verena		18.30-19.30 Yoga Posturale Grazia	18.30-19.30 Pilates Reformer Luciano		
19.30-20.30 Pilates Reformer Manuela			19.30-20.30 Pilates Reformer Luciano		
20.30-21.30 Pilates Reformer Manuela					

Presso il nostro centro è possibile prenotare su appuntamento:

- Pilates Personal
- Pilates in coppia
- Analisi Posturale
- Riequilibrio Posturale Metodo Raggi®
- Fisioterapia
- Osteopatia
- Trattamento Chinesiologico

Lezioni individuali e corsi di yoga e pilates anche online

in orario di segreteria
045 4597655

oppure mandare mail a
info@dheacentroposturale.it

whatsapp o sms
351 2324421