

	9	9.30	10	10.30	11	11.30	12	12.30	13	16	16.30	17	17.30	18	18.30	19	19.30	20	20.30	21
LUNEDÌ													GINNASTICA POSTURALE Ragazzi età 12-18 16.30 - 17.30	GINNASTICA POSTURALE Ragazzi età 8-12 17.30 - 18.30	POSTURAL TONE Livello avanzato 18.30 - 19.30	POSTURAL TONE Livello base 19.30 - 20.30				
MARTEDÌ		GINNASTICA POSTURALE 9.00 - 10.00	GINNASTICA POSTURALE 10.00 - 11.00	GINNASTICA POSTURALE 11.00 - 12.00									GINNASTICA POSTURALE 17.00 - 18.00	GINNASTICA POSTURALE 18.00 - 19.00	GINNASTICA POSTURALE 19.00 - 20.00					
MERCOLEDÌ																	STRETCHING FASCIALE 19.00 - 20.00			
GIOVEDÌ		GINNASTICA POSTURALE 9.00 - 10.00	GINNASTICA POSTURALE 10.00 - 11.00	GINNASTICA POSTURALE 11.00 - 12.00									GINNASTICA POSTURALE 17.00 - 18.00	GINNASTICA POSTURALE 18.00 - 19.00	GINNASTICA POSTURALE 19.00 - 20.00					
VENERDÌ		POSTURAL TONE Livello base 9.00 - 10.00											GINNASTICA POSTURALE Ragazzi età 12-18 16.30 - 17.30	GINNASTICA POSTURALE Ragazzi età 8-12 17.30 - 18.30	POSTURAL TONE Livello avanzato 18.30 - 19.30					

	8	8.30	9	9.30	10	10.30	11	11.30	12	12.30	13	16	16.30	17	17.30	18	18.30	19	19.30	20	20.30	21	
LUNEDÌ																			POSTURAL TONE 19.00 - 20.00				
MARTEDÌ		GINNASTICA POSTURALE 8.30 - 9.30	GINNASTICA POSTURALE 9.30 - 10.30												GINNASTICA POSTURALE Ragazzi 17.00 - 18.00	GINNASTICA POSTURALE 18.00 - 19.00	GINNASTICA POSTURALE 19.00 - 20.00						
MERCOLEDÌ																			STRETCHING FASCIALE 19.00 - 20.00				
GIOVEDÌ		GINNASTICA POSTURALE 8.30 - 9.30	GINNASTICA POSTURALE 9.30 - 10.30												GINNASTICA POSTURALE Ragazzi 17.00 - 18.00	GINNASTICA POSTURALE 18.00 - 19.00	GINNASTICA POSTURALE 19.00 - 20.00						
VENERDÌ			POSTURAL TONE Livello base 9.00 - 10.00																POSTURAL TONE 19.00 - 20.00				