

**TUTTE LE ATTIVITÀ ZOOM INIZIERANNO DAL 25 OTTOBRE
DURATA 3 MESI FINO AL 29 GENNAIO**

MONOSETTIMNALE 10 LEZIONI, COSTO: 30€

BISETTIMANALI 20 LEZIONI, COSTO: 50€

GINNASTICA DOLCE ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Ginnastica	1	Trimestrale Bis	Mar-ven	11.00-12.00	20	50

GINNASTICA POSTURALE ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Ginnastica posturale	1-2	Trimestrale Mono	mar	16.30-17.30	10	30
Ginnastica posturale	1-2	Trimestrale Mono	ven	16.30-17.30	10	30

FUNCTIONAL TRAINING ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
Functional Training	2	Trimestrale Mono	mer	18.00-19.00	10	30

CFC - CORE FUNCTIONAL CROSS ZOOM

Corso	Intensità	Frequenza	Giorni	Orario	Nr. lez.	Costo €
CFC	1-2	Trimestrale Mono.	mar	18.30-19.30	10	30