

CORSI MOTORI STAGIONE SPORTIVA 2024/2025

A PARTIRE DAL 16 SETTEMBRE 2024
VIA BERARDO MAGGI, 9 - BRESCIA

LUNEDÌ	MATEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
8:00 - 9:00 Ginnastica con Met. YOGA	9:00 - 10:00 Ginnastica con Met. PILATES	8:00 - 9:00 Ginnastica con Met. YOGA	9:00 - 10:00 Ginnastica con Met. PILATES	18:30 - 20:00 HIP HOP
11:00 - 12:00 TAI CHI	10:00 - 11:00 GINNASTICA DOLCE	11:00 - 12:00 TAI CHI	10:00 - 11:00 GINNASTICA DOLCE	20:00 - 21:00 TAI CHI
16:30 - 18:00 DANZA MODERNA	15:00 - 16:00 GINNASTICA TERZA ETÀ	16:30 - 18:00 HIP HOP	15:00 - 16:00 GINNASTICA TERZA ETÀ	GINNASTICA BIOENERGETICA Venerdì, dalle 9 alle 11 minimo 8 iscritti
18:00 - 19:00 Ginnastica con Met. AEROBICA	16:00 - 17:00 GINNASTICA ADULTI	18:00 - 19:00 Ginnastica con Met. AEROBICA	16:00 - 17:00 GINNASTICA ADULTI	
20:00 - 21:00 Ginnastica con Met. YOGA	17:00 - 18:00 GINNASTICA POSTURALE	20:00 - 21:00 TAI CHI	17:00 - 18:00 GINNASTICA POSTURALE	
GRUPPO DI CAMMINO Lunedì/Mercoledì, dalle 9 alle 10 minimo 8 iscritti	18:00 - 19:00 Ginnastica con Met. BODY TONIC		18:00 - 19:00 Ginnastica con Met. BODY TONIC	
	19:00 - 20:00 Ginnastica con Met. PILATES		19:00 - 20:00 Ginnastica con Met. PILATES	
	20:30 - 22:30 DANZE POPOLARI		20:00 - 21:00 Ginnastica con Met. YOGA	