

# CORSI MOTORI STAGIONE SPORTIVA 2024/2025

A PARTIRE DAL 30 SETTEMBRE 2024  
ORATORIO SANT'EUFEMIA - BRESCIA

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ
19:00 - 20:00 TAI CHI	8:00 - 9:00 Ginnastica con Met. YOGA	9:30 - 11:00 GINNASTICA BIOENERGETICA	8:00 - 9:00 Ginnastica con Met. YOGA
	9:00 - 10:00 GINNASTICA PER TUTTI	19:00 - 20:00 TAI CHI	9:00 - 10:00 GINNASTICA PER TUTTI
	10:00 - 11:00 GINNASTICA POSTURALE		10:00 - 11:00 GINNASTICA POSTURALE
	11:30 - 12:30 Ginnastica con Met. FUNZIONALE		11:30 - 12:30 Ginnastica con Met. FUNZIONALE
	19:00 - 20:00 Ginnastica con Met. YOGA		19:00 - 20:00 Ginnastica con Met. YOGA
			20:30 - 22:30 DANZE POPOLARI