

# PLANNING PALESTRA



**CORSI AUTUNNALI 2024: dal 23 SETTEMBRE AL 21 DICEMBRE 2024**

**OPEN DAY DAL 16 AL 19 SETTEMBRE (PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA DAL 10 SETTEMBRE 2024)**

Lunedì							ORE 17.30 PILATES MATWORK 1 H Chicca	ORE 18.30 PILATES MATWORK 1 H Chicca	
Martedì								ORE 18.30 G.A.G. 45' Umberto	
Mercoledì	ORE 9.00 PILATES BASIC 1 H Stefania	ORE 10.00 TOTAL BODY 45' Stefania							
Giovedì	ORE 9.00 PILATES BASIC 1 H Erika				ORE 14.00 PILATES MATWORK 1 H Chicca		ORE 17.30 PILATES MATWORK 1 H Chicca	ORE 18.30 PILATES MATWORK 1 H Chicca	
Venerdì									

**TURNI DA 45' - ATTIVITA' DI PILATES 1 H Il planning potrà subire variazioni**

**ALL' ATTO DELL' ISCRIZIONE VERRANNO CARICATI 5 INGRESSI OMAGGIO AREA WELLNESS  
VALIDI DA LUNEDI' A VENERDI' FINO AL 21 DICEMBRE 2024**

**LE LEZIONI PERSE SARANNO RECUPERABILI ENTRO LA FINE DEL CORSO**

**CON INGRESSO NEI CORSI OPEN (PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA), IN SALA ATTREZZI O NUOTO LIBERO.**