

ORARIO LEZIONI ON-LINE dal 17 novembre 2020

ora	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI
10.00	Ginnastica posturale Alessandra	movimento in movimento Johanna	Ginnastica posturale Claudia	
12.00	Qi gong medico Paola		Floor barre Johanna	
13.00		Ginnastica posturale Alessandra		Yoga gin Alessandra
14.00	Danza Jazz Johanna		Danza Jazz Johanna	
18.30				Ginnastica per la schiena Claudia

vi consigliamo di accedere alla lezione ALMENO 10 MINUTI PRIMA dell'inizio