

PROGRAMMA SETTIMANALE UGGIATE-TREVANO 2024-25

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
	BALLA E BRUCIA 09.00-10.00		YOGA (D) 09.00-10.00	GINNASTICA IN GRAVIDANZA (A) 09.00-10.00	YOGA (A) Al femminile 09.00-10.00	
GINNASTICA DOLCE TERZA ETA' 10.00-10.45			PILATES 10.00-11.00	YOGA (A) Hatha 10.00-11.00	YOGA (A) HARMONIUM 10.00-11.00	
		ZUMBA (DI) 13.00-13.45	BALLA E BRUCIA 13.00-14.00	YOGA (D) 12.30-13.30	YOGA (A) Al femminile 12.30-13.30	
PSICOMOTRICITA 3-5 anni 15.45-16.30				PILATES 13.30-14.30	YOGA (A) Hatha 13.30-14.30	
PSICOMOTRICITA 5-9 anni 16.30-17.15	GIOCO DANZA 3-6 anni 16.30-17.30		HIP-HOP 6-9 anni 16.45-17.45	GIOCO DANZA 3-6 anni 16.30-17.30		
	DANZA MODERNA 6-12 anni 17.30-18.30	JUDO > 6 anni 17.15-18.15	HIP-HOP > 10 anni 17.45-18.45	DANZA MODERNA 6-12 anni 17.30-18.30		
TOTAL BODY (A) 18.00-18.45	DANZA > 12 anni 18.30-19.30	TOTAL BODY (A) 18.20-19.05	BALLA E BRUCIA 19.00-20.00	JUDO 6-11 anni 18.30-19.30		
ZUMBA (L) 18.45-19.30		ELASTIC FIT 19.10-19.55		DANZA CLASSICA > 12 anni 19.30-20.30		
POSTURAL FIT 19.30-20.15		POSTURAL FIT 20.00-20.45	BALLA E BRUCIA 20.10-21.10	TOTAL BODY (DI) (GAG) 20.30-21.15		
	PILATES 20.15-21.00	TOTAL BODY (A) 20.50-21.35				

NB: Gli orari possono subire delle modifiche in base alle richieste e per questioni organizzative