

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
10:00 PAULINA HATHA YOGA	11:00 LUCIA PILATES MATWORK	10:15 VERONICA GINNASTICA DOLCE	10:00 PAULINA HATHA YOGA	10:15 VERONICA GINNASTICA DOLCE	9:00 PAULINA HATHA YOGA
10:15 VERONICA GINNASTICA DOLCE	12:00 LUCIA TOTAL BODY	11:00 STEFANO POSTURAL STRETCHING	11:00 LUCIA PILATES MATWORK	11:00 MARCO TAI CHI	10:00 ADELE/ELENA FUNCTIONAL PILATES
11:00 STEFANO CAMMINATA SPORTIVA	13:30 ELENA FUNCTIONAL PILATES	13:30 STEFANO CARDIO TONE	12:00 LUCIA TOTAL BODY POWER	11:00 STEFANO POWER WALKING	11:00 LUCIA ATLETICA ADULTI
13:30 STEFANO TOTAL BODY	17:15 LUCIA ATLETICA ADULTI	14:30 LUCIA PILATES MATWORK	13:30 TOMMASO * ASSI CYCLING	13:30 STEFANO CIRCUIT TRAINING	12:00 LORENZO FUNCTIONAL TRAINING
14:30 LUCIA PILATES MATWORK	18:15 LUCIA CORSO DI CORSA	15:30 LUCIA ATHLETIC POWER	13:30 ELENA FUNCTIONAL PILATES	14:30 LUCIA FUNCTIONAL PILATES	
15:30 LUCIA ATHLETIC LIGHT	17:30 MARCO TAI CHI	17:00 LORENZO *** TAEKWONDO RAGAZZI	15:30 STEFANO POSTURAL STRETCHING	15:30 LUCIA ATHLETIC CIRCUIT BOXE	
17:00 LORENZO *** TAEKWONDO RAGAZZI	18:30 ADELE FUNCTIONAL PILATES	18:00 PAULINA ADVANCED YOGA	17:15 LUCIA ATLETICA ADULTI	17:15 LUCIA PILATES MATWORK	* CORSI SU PRENOTAZIONE
18:00 PAULINA ADVANCED YOGA	19:00 LORENZO FUNCTIONAL TRAINING	18:00 STEFANO GYM & FIELD	18:15 STEFANO CORSO DI CORSA	19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	*** CORSI EXTRA
18:00 ANDREA GYM & FIELD	19:00 STEFANO /ANDREA CARDIO TONE	19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	18:30 ELSA FUNCTIONAL PILATES		
19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	19:30 ELSA *** POLE FITNESS	20:00 ANDREA DECATHLON	19:00 STEFANO CARDIO TONE		
20:00 ANDREA DECATHLON			19:30 ELSA *** POLE FITNESS		
				<p>Il palinsesto corsi potrà subire variazioni e/o riduzioni nel corso dell'anno. I corsi con frequenza inferiore a 6 partecipanti potranno essere sospesi nel periodo estivo.</p>	
				<p>ASSI GIGLIO ROSSO</p>	
				<p>Viale Michelangiolo, 64 - 50125 Firenze 055/6812686 info@assigligiorosso.it www.assigligiorosso.it</p>	