


<b><u>LUNEDÌ</u></b>	<b><u>MARTEDÌ</u></b>	<b><u>MERCOLEDÌ</u></b>	<b><u>GIOVEDÌ</u></b>	<b><u>VENERDÌ</u></b>	<b><u>SABATO</u></b>
10:00 PAULINA HATHA YOGA	11:00 LUCIA PILATES MATWORK	10:00 VERONICA GINNASTICA DOLCE	10:00 PAULINA HATHA YOGA	10:00 VERONICA GINNASTICA DOLCE	9:00 PAULINA/ELENA YOGA/PILATES
10:00 VERONICA GINNASTICA DOLCE	12:00 LUCIA TOTAL LIGHT	11:00 STEFANO POSTURAL & CORE	11:00 LUCIA PILATES MATWORK	11:00 STEFANO POWER WALKING	11:00 LUCIA ATLETICA ADULTI
11:00 STEFANO CAMMINATA SPORTIVA	13:30 FABIANA CORSO DI CORSA	13:30 STEFANO CARDIO TONE	12:00 LUCIA TOTAL STRONG	13:30 STEFANO CIRCUIT TRAINING	
13:30 STEFANO TOTAL BODY	13:30 ELENA FUNCTIONAL PILATES	14:30 MARIA SAVERIA PILATES MATWORK	13:30 ELENA FUNCTIONAL PILATES	14:30 MARIA SAVERIA PILATES MATWORK	
14:30 SARA PILATES MATWORK	17:15 GIOVANNI ATLETICA ADULTI	15:30 LUCIA ATHLETIC POWER	15:30 STEFANO POSTURAL & CORE	15:30 RUDINA ATHLETIC CIRCUIT BOXE	
15:30 SARA ATHLETIC LIGHT	17:15 ADELE ASSI AEROBIC	18:00 PAULINA ADVANCED YOGA	17:15 GIOVANNI ATLETICA ADULTI	17:15 (45')RUDINA ABDOMNAL WORKOUT	
18:00 PAULINA ADVANCED YOGA	18:15 (45') ADELE PILATES MATWORK	18:00 STEFANO GYM & FIELD	18:15 STEFANO CORSO DI CORSA	18:00 RUDINA AEROBIC STEP	
18:00 ANDREA GYM & FIELD	19:00 STEFANO /ANDREA CARDIO TONE	19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	19:00 STEFANO CARDIO TONE	19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	
19:00 ANDREA /STEFANO GYM & FIELD	18:00 ELSA *** POLE FITNESS	20:00 ANDREA DECATHLON	18:00 ELSA *** POLE FITNESS		
20:00 ANDREA DECATHLON	19:00 ELSA *** POLE FITNESS		19:00 ELSA *** POLE FITNESS		
			20:00 FABIO SPARTAN RACE		
				<b>ASSI GIGLIO ROSSO</b> 	
*** CORSI EXTRA					
Viale Michelangiolo, 64 - 50125 Firenze 055/6812686 info@assigligiorosso.it www.assigligiorosso.it		Il palinsesto corsi potrà subire variazioni e/o riduzioni nel corso dell'anno. I corsi con frequenza inferiore a 6 partecipanti potranno essere sospesi.			

