

ORARIO LEZIONI PILATES MATWORK DAL 07/01/25 AL 06/06/25

ORA/ GIORNO	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
8:30		Pilates avanzato/ garuda			Pilates avanzato/ garuda	
9:00						
9:30		Pilates intermedio	9:45 Pilates base/garuda			
10:30	Pilates intermedio			10:15 Pilates intermedio		
11:00					Pilates base	
11:30	Pilates base					
12:00						Pilates intermedio
13:00				Pilates intermedio		
13:30	Pilates avanzato				13:15 pilates avanzato	
15:00						
15:30						
17:00	Pilates base					
17:30		17:15 Pilates avanzato/ garuda			Pilates intermedio	
18:00	Pilates intermedio		Pilates base	Pilates avanzato		
18:30		18:15 switch				
19:00	Pilates avanzato		Pilates avanzato	Pilates intermedio		
19:15		pilates avanzato				
20:00	Pilates intermedio			Pilates base		