

MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'
ORE 10:00 Pilates	ORE 10:00 Stretching	ORE 10:00 Pilates
ORE 12:30 Tabata	ORE 12:30 Total body	ORE 12:30 Fitball
ORE 13:30 Fitball		ORE 13:30 Total body
ORE 20:30 Total body	ORE 20:30 Tabata	ORE 19:30 Pilates
		ORE 20:30 Total body