

## Lunedì

Sala 1    Sala 2    Sala 3

9.00-10.00		Ginnastica dolce	
10.00-11.00			
13.00-13.45			
17.00-18.00	Videodance (6-10 anni)	Fitness genitori	
18.00-19.00	Videodance (11-14 anni)	Total body	
19.00-20.00	Zumba	Pilates	
20.00-21.00	Yoga	GAG (gambe-addominali -glutei)	Dancehall base
21.00-22.00		Dancehall open con Ecuba	

## Mercoledì

Sala 1    Sala 2    Sala 3

9.00-10.00			
10.00-11.00			
13.00-13.45			
17.00-18.00	Baby breakdance	Gioco danza (3-6 anni)	
18.00-19.00	Breakdance (principianti)		
19.00-20.00	Breakdance (intermedio)	Pilates	
20.00-21.00	Twerk open	Yoga	
21.00-22.00			

## Venerdì

Sala 1    Sala 2    Sala 3

9.00-10.00		Ginnastica dolce	
10.00-11.00			
13.00-13.45			
16.00-17.00		Latin mix (11+ anni)	
17.00-18.00	Modern (7-10 anni)	Latin mix (6-10 anni)	
18.00-19.00	Modern (11-14 anni)		Pilates
19.00-20.00	Modern (15+ anni)	Woman workout	Yoga
20.00-21.00			
21.00-22.00			

## Martedì

Sala 1    Sala 2    Sala 3

9.00-10.00			
10.00-11.00			
13.00-13.45			
16.00-17.00			Latin mix
17.00-18.00	Modern (7-10 anni)		Hip hop (7-10 anni)
18.00-19.00	Modern (10-14 anni)		Hip hop (11-14 anni)
19.00-20.00	Modern (15+ anni)	Pound fit (allenamento cardio con bacchette)	Hip hop (15+ anni)
20.00-21.00	Bachata con Dario e Greta		Waacking open con Blond
21.00-22.00	Salsa con Dario e Chiara		

## Giovedì

Sala 1    Sala 2    Sala 3

9.00-10.00			
10.00-11.00			
13.00-13.45			
16.00-17.00			
17.00-18.00	Video dance (6-10 anni)		Hip hop (7-10 anni)
18.00-19.00	Video dance (11-14 anni)	GAG (gambe-addominali -glutei)	Hip hop (11-14 anni)
19.00-20.00	Video dance (15+ anni)	Zumba	Hip hop (15+ anni)
20.00-21.00	Hip hop open con Keto	Circuit training	Commercial con Sofia Ventrella
21.00-22.00			Heels con Sofia Ventrella

I nostri Corsi

GOOD VIBES