

STUDIO AMATI ASD - ORARIO LEZIONI 2024 2025

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	SABATO
SALA A	SALA B	SALA A	SALA B	SALA A	SALA B	SALA A	SALA B	SALA A	SALA A
		6.20 ASHTANGA VINYASA YOGA (GUID / MYS) MICHELA				6.20 ASHTANGA VINYASA YOGA (GUID / MYS) MICHELA			
8.15 PILATES GIULIA		8.15 PILATES MICHELA				8.15 PILATES ALESSIA7MICHELA		8,45 VINYASA FLOW ALESSIA	LEZIONI SPECIALI PERIODICHE
9.30 PILATES GIULIA	9.30 YOGA SULLA SEDDIA SERENELLA			9,00 PANCAFIT SERENELLA		9.30 PILATES ALESSIA			
12.55 PILATES GIULIA	12,55 POWER YOGA MICHELA			12,55 POWER YOGA ALESSIA		12.55 PILATES SERENELLA	12,55 YOGA BIOMECCANICA MICHELA		
17.15 PILATES SERENA		17.00 GINN DOLCE POSTURALE ADULTI ELIA				17.15 PILATES GIULIA	17.00 GINN DOLCE POSTURALE ADULTI ELIA		
18.30 PILATES SERENA	18.30 POWER YOGA MICHELA	18.00 GINN DOLCE POSTURALE ADULTI ELIA	17.45 PILATES ALESSIA	18.00 PILATES ALESSIA		18.30 PILATES GIULIA	18.30 POWER VINYASA FLOW MICHELA	18.30 PILATES SERENA	
19.40 CIRCUITI PER LA FORZA MICHELA	19.40 PILATES SERENA	19.10 YOGA BIOMECCANICA MICHELA	19.00 VINYASA FLOW ALESSIA	19,10 POWER YOGA ALESSIA	18.45 HOT YOGA THERAPY MICHELA	19.40 POWER YOGA MICHELA	19.40 PILATES GIULIA	18.30 LEZIONI SPECIALI PERIODICHE	
			20.15 PANCAFIT SERENELLA						