	Lunedì		Martedì		Mercoledì		Giovedì		Venerdì
	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1	Sala 2	Sala 1
MATTINA				SALA YOGA 9.30 - 10.30 YOGA POSTURALE Alessandra			09.30 - 10.30 PILATES Grazia		
PRANZO	12.50 - 13.45 TOTALBODY WORKOUT Christian				12.50 - 13.45 PILATES Christian				12.50 - 13.45 TOTALBODY WORKOUT Daniele
POMERIGGIO	17.30 - 18.25 TOTALBODY WORKOUT Walter		17.30 - 18.25 FUNCTIONAL Walter		17.30 - 18.25 FUNCTIONAL Simon	17.30 - 20.00 MUAY THAI Francesco			17.30 - 18.25 FUNCTIONAL TRX Walter
SERA	18.30 - 19.25 SUPERGAST G.A.G. Kinga		18.30 - 19.25 FITBOX Christian	SALA YOGA 18.00 - 19.00 YOGA POSTURALE Alessandra	18.30 - 19.25 STEP Christian	SALA YOGA 18.00 - 18.50 VINYASA YOGA Alessandra	18.00 - 18.55 TOTALBODY WORKOUT Christian		
							19.00 - 19.25 ABDOMINAL BOTTOM Christian		
			19.30 - 20.25 PILATES Christian				19.30 - 20.25 PILATES BASE Christian		

Body Planet A.S.D.L.

LEGENDA COLORI CORSI
ROSSO= Corsi di arti marziali
VERDE = Corsi cardio/coreo
AZZURRO= Corsi posturali / stretch /tono
VIOLA=Corsi di ballo
ARANCIONE= Corsi di tonificazione

I corsi si tengono con un minimo di 4 partecipanti. Lo Special di sabato con un minimo di 8. Chiediamo gentilmente di prenotare o disdire le lezioni.
Die Kurse werden mit mindestens 4 Teilnehmern abgehalten. Der Specialkurs von Samstag mit mindestens 8 Teilnehmer. Wir bitten um Vormerkung oder Absage.

La direzione si riserva il diritto di variare i corsi se necessario.

Die Direktion behält sich das Recht vor, den Kursplan bei Notwendigkeit abzuändern.

Zona Produttiva Vurza, 24
39055 - Pineta di Laives (BZ)
Tel. 0471- 955679