

## ORARIO DEI CORSI 2022-2023

Giorno Day	Orario Time	Corso Course	Istruttore Instructor	Dove Where	Quota Annuale (1ora/sett.) INT.CCR	Quota Annuale (1ora/sett.) EST.CCR
Lunedì	08.00-09.00	Fit-Pilates* <b>PRESENZA+ONLINE</b>	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto <b>+ ONLINE</b>	€ .90,00	€ .140,00
Martedì Tuesday	09.00-10.00	YogaPilates-Soft	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
	10.15-11.00	Allenamento Aerobica, G.A.G.	Angela Theisen	P. Fior di Loto	Free	Free
	11.15-12.00	Allenamento Mantenimento Gym	Anny Ferrario	P. Fior di Loto	Free	Free
Mercoledì Wednesday	08.00-09.00	Pilates-ToneUp*	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
	12.30-13.30	Fit-Pilates*	Giorgio Ardente	<b>CADREZZATE</b> Palestra Fitnessedanza	€ .90,00	€ .140,00
Giovedì Thursday	10.00-11.00	Soft-Pilates	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
	11.15-12.00	Allenamento Mantenimento Gym	Anny Ferrario	P. Fior di Loto	Free	Free
	17.45-18.45	Yoga-Pilates*	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
Venerdì Friday	08.00-09.00	Yoga-Pilates* <b>PRESENZA+ONLINE</b>	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto <b>+ ONLINE</b>	€ .90,00	€ .140,00
	11.00-12.00	Allenamento Aerobica, G.A.G.	Angela Theisen	P. Fior di Loto	Free	Free
	12.30-13.30	Pilates Tone up*	Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
<b>Open Card - Tutti i corsi</b>			Giorgio Ardente	P. Fior di Loto	<b>€ .350,00</b>	<b>€ .480,00</b>

### CORSI RAGAZZI-BAMBINI

Mercoledì Wednesday	16.00-17.00 (4-7 anni)	Ginnastica Acrobatica e Calisthenics	Greta Gheller	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
	17.00-18.00 (da 8 anni)				€ .90,00	€ .140,00
Venerdì Friday	16.00-17.00 (6-12 anni)	Ginnastica Artistica	Greta Gheller	P. Fior di Loto	€ .90,00	€ .140,00
	17.00-18.00 (6-12 anni)	Artistica Principianti			€ .90,00	€ .140,00

\*Possibilità di utilizzo attrezzi