

GIORNO	CORSO	ORARIO	LUOGO
LUNEDÌ	Ginnastica Corpo Libero	9.00-9.45	Struttura Tornaghi Villanova
	Strafit Posturale	8.45-9.15	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Total Body Over	9.15-10.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Strafit Dynamic	14.00-14.30	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Zumba Fintess	18.30-19.15	Palestra Comunale Bernareggio
	Tone	19.15-19.30	Palestra Comunale Bernareggio
	Zumba Fitness	20.15-21.00	Oratorio Vimercate
	Pound&Tone	21.00-21.45	Oratorio Vimercate
	Yoga	19.15	Palestra Villanova
	Yoga	20.30	Palestra Villanova
	Burn&Tone	18.45-19.30	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
MARTEDÌ	Stretching	9.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Tonificazione	9.45	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Total Body Over	10.00-10.50	Oratorio Vimercate
	Zumba GOLD	11.00-11.45	Oratorio Vimercate
	Ginnastica Posturale	15.30-16.15	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Ginnastica Posturale	16.15-17.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Zumba Fitness	18.30-19.00	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Tone	19.00-19.30	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Step	19.30-20.00	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Pilates	20.00-20.50	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
MERCOLEDÌ	Pilates	9.00-10.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Strafit Dynamic	18.00-18.30	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Step	18.30-19.15	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Step	19.15-20.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Yoga	19.15	Palestra Villanova
	Yoga	20.30	Palestra Villanova
	Strong By Zumba	20.00-20.45	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	STRAFIT VIBE - NOVITÀ	20.45-21.15	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
GIOVEDÌ	Ginnastica Posturale	9.45-10.30	Palestra Villanova
	Aerobica e Zumba Gold	10.00-10.50	Oratorio di Vimercate
	Ginnastica Posturale	11.00-11.45	Oratorio di Vimercate
	Pilates	14.30-15.30	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Burn e Tone	18.00-18.45	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Burn e Tone	18.45-19.30	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	HIP HOP OVER - NOVITÀ	19.30	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Zumba Fitness	20.30-21.15	Scuola Calvino Vimercate
VENERDÌ	Ginnastica Posturale	9.00-9.45	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Stretching	14.45-15.30	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Ginnastica Posturale	15.30-16.15	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Ginnastica Posturale	16.15-17.00	Palazzo Solera Mantegazza (CDA)
	Zumba Fitness	18.45-19.30	Palestra Scuola Elementare Bernareggio
	Pilates	19.30-20.20	Palestra Scuola Elementare Bernareggio