

ARMONIA è Danza Yoga Pilates e non solo.... tel. 06.33.41.003 via Prati della Farnesina 25/a Roma

LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO
SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 2
	PILATES MACCHINE 8.40	STRETCHING- PILATES MAT 8.15			PILATES MACCHINE 8.40	PILATES MAT 9.00			PILATES MACCHINE 8.40	PILATES MACCHINE 9.00
SBARRA A TERRA 10.00	PILATES MACCHINE 10.00	POSTURALE 10.00		YOGA 10.30- 12.00	PILATES MACCHINE 10.00	POSTURALE 10.00		SBARRA A TERRA 10.00	PILATES MACCHINE 10.00	PILATES MACCHINE 10.00
EASY GYM 11.00	PILATES MACCHINE 11.00		PILATES MACCHINE 11.00		PILATES MACCHINE 11.00		TAI CHI 10.30- 12.00	EASY GYM 11.00	PILATES MACCHINE 11.00	PILATES MACCHINE 11.00
	PILATES MACCHINE 13.30	MODERN/HIP 13.30	PILATES MACCHINE 13.30		PILATES MACCHINE 13.30	MODERN/HIP 13.30	PILATES MACCHINE 13.30	DANZA ORIENTALE 13.30	PILATES MACCHINE 13.30	PILATES MACCHINE 12.00
	PILATES MACCHINE 14.30						PILATES MACCHINE 14.30			
BALLO DI GRUPPO 15.00- 16.00	PILATES MACCHINE 15.30		POSTURALE 16.00	YOGA 14.30- 16.00	PILATES MACCHINE 15.30		POSTURALE 16.00			
HIP HOP 6-8 17.00	PROPEDEUTIC A 17.00	DANZA CLASSICA 1 ACC 17.00	PILATES MACCHINE 17.00	PREDANZA 17.00		HIP HOP 6-8 17.00	PROPEDEUTIC A 17.00	DANZA CLASSICA 1 ACC 17.00	KARATE 17.00	
HIP HOP 8-12 18.00	PILATES MACCHINE 18.00	DANZA MODERNA 18.00	POSTURAL- PILATES 18.00	BOLLYWOOD 18.30	PILATES MACCHINE 18.00	HIP HOP 8-12 18.00-19.00	GINN. DOLCE 18.00	DANZA MODERNA 18.00	POSTURAL- PILATES 18.00	
YOGA 19.30- 21.00	PILATES MAT 19.00	GYM MUSIC 19.00	PILATES MACCHINE 19.00	CAPOEIRA 19.30-21.00	PILATES MACCHINE 19.00	GYM MUSIC 19.00	YOGA 19.00- 20.30	CAPOEIRA 19.30-21.00	PILATES MACCHINE 19.00	
DANZA ORIENTALE 21.00	PILATES MACCHINE 20.00	PILATES MAT 20.15	PILATES MACCHINE 20.00		PILATES MACCHINE 20.00	PILATES MAT 20.15		BOLLYWOOD 21.00		