

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 9.30
SBARRA A TERRA 10.00	PILATES MACCHINE 10.00	POSTURALE 10.00	MINDFULNESS 9.15	YOGA 10.30- 12.00	PILATES MACCHINE 10.00	POSTURALE 10.00		SBARRA A TERRA 10.00	PILATES MACCHINE 10.00	PILATES MACCHINE 10.30
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 11.30
	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 12.30
	PILATES MACCHINE 14.30	YOGA 14.30					PILATES MACCHINE 14.30			
HIP HOP RAGAZZI 15.00			PILATES MACCHINE 15.30			HIP HOP RAGAZZI 15.00	PILATES MACCHINE 15.30			
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 18.00	PILATES MACCHINE 18.00	HIP HOP 8-12 18.00-19.00	POSTURAL- PILATES 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	LEZIONE PRIVATA 19.00	
	DANZA ORIENTALE 20.15	PILATES MAT 20.15			PILATES MACCHINE 20.00	PILATES MAT 20.15		BOLLYWOOD 21.00		