

BASSA INTENSITA'		MEDIA INTENSITA'		ALTA INTENSITA'
LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì
9.00 TONIFICAZIONE S. FRANCESCO LAURA/SILVIA	10.00 PILATES S. FRANCESCO LAURA/SILVIA	9.00 TONIFICAZIONE S. FRANCESCO GIUSY	10.00 PILATES S. FRANCESCO LAURA/SILVIA	
16.00 TONIFICAZIONE EINAUDI LAURA	13.00 GAG BALLARDINI LAURA	15.50 TONIFICAZIONE EINAUDI LAURA	13.00 GAG BALLARDINI LAURA	
16.45 GINN.DOLCE GANDINI FABIO			16.45 GINN.DOLCE GANDINI FABIO	
18.00 YOGAFLEX GORINI CATUFI		17.30 PILATES GORINI LUCA		18.00 YOGAFLEX GORINI CATUFI
18.00 TOTAL BODY BALLARDINI LAURA	18.00 G.A.G. GANDINI BETTY	18.30 NORDIC W. BASE GORINI CATUFI	18.30 ZUMBA LODI HOTEL JESSICA	18.15 TOTAL BODY GANDINI LAURA
18.00 STEP PEZZANI FABIO		18.00 GAG PEZZANI LAURA	18.00 TOTAL BODY PEZZANI FABIO	
19.00 GAG PEZZANI FABIO	19.00 PILATES GANDINI BETTY	19.00 TOTAL BODY PEZZANI SERENA/LAURA	19.00 PILATES PEZZANI FABIO	<b>SABATO</b> 11.00 PILATES LODI HOTEL SILVIA
	19.00 VERTEBRALE GORINI SILVIA		19.00 VERTEBRALE GORINI SILVIA	15.00 NORDIC WALKING AV. CATUFI

**PROGRAMMA CORSI A LODI**

LUNEDì	MARTEDì	MERCOLEDì	GIOVEDì	VENERDì
	18.00 G.A.G. CREMA CATUFI	19.00 PILATES. LODIVECCHIO LUCA	18.00 G.A.G. CREMA CATUFI	
19.30 G.A.G. LODIVECCHIO BEATRICE		20.00 G.A.G. LODIVECCHIO LUCA	18.00 G.A.G. SALERANO BEATRICE	
20.00 G.A.G. PANDINO SILVIA	19.30 G.A.G. TAVAZZANO LUCA	20.00 G.A.G. PANDINO SILVIA	19.30 G.A.G. TAVAZZANO LAURA	
19.30 G.A.G. MASSALENGO LAURA	20.30 PILATES TAVAZZANO LUCA	21.00 VERTEBRALE PANDINO SILVIA	20.15 G.A.G. MASSALENGO FABIO	

**PROVINCIA**