

# NUOVO PLANNING PALESTRA 2021 - 2022

## CANTÙ

### LUNEDÌ

CORSO	ORARIO
POSTURAL	09:00 - 10:00
POSTURAL	10:15 - 11:15
PANCAFIT	19:30 - 20:30
POSTURAL	20:45 - 21:45

### MARTEDÌ

CORSO	ORARIO
PANCAFIT	18:00 - 19:00
PANCAFIT	18:00 - 19:01
PANCAFIT	18:00 - 19:02

### MERCOLEDÌ

CORSO	ORARIO
CORE STABILITY	09:00 - 10:00
CORE STABILITY	10:15 - 11:15
POSTURAL	18:00 - 19:00
POSTURAL	19:15 - 20:15
PANCAFIT	20:30 - 21:30

### GIOVEDÌ

CORSO	ORARIO
PANCAFIT	08:45 - 09:45
PANCAFIT	10:00 - 11:00
PANCAFIT	11:15 - 12:15
PANCAFIT	12:30 - 13:30

### VENERDÌ

CORSO	ORARIO
PILATES	19:00 - 20:00

# NUOVO PLANNING PALESTRA 2021 - 2022

## CAPIAGO INTIMIANO

### LUNEDÌ

CORSO	ORARIO
PILATES	20:00 - 21:00

### GIOVEDÌ

CORSO	ORARIO
POSTURAL	18:00 - 19:00
POSTURAL	19:15 - 20:15
CORE STABILITY	20:30 - 21:30

### GIOVEDÌ

CORSO	ORARIO
CORE STABILITY	18:00 - 19:00
CORE STABILITY	19:15 - 20:15
POSTURAL	20:30 - 21:30