



ORARIO ATTIVITÀ

UNIVERSO SSD ARL, affiliato a



svolge attività sportive/ginnastica finalizzate alla salute e al fitness con vari metodi

| ORARIO | LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ |
|--------|-------------------------|------------------------|--------------------------|------------------------|---------------------------|
| 7:00 | | | HATHA YOGA OLIVIERO | | HATHA YOGA OLIVIERO |
| 7:40 | | | | POSTURAL SILVIA | |
| 9:00 | PILATES ELENA | PILATES FRANCESCA | PILATES ELENA | PILATES FRANCESCA | PILATES POSTURAL ELENA |
| 9:30 | CORPO LIBERO SILVANA | PILATES EKATERINA | CORPO LIBERO SILVANA | PILATES EKATERINA | CORPO LIBERO SILVANA |
| | YOGA ELENA | | YOGA ELENA | | POSTURAL SILVIA |
| | TOTALBODY ANDREA | | | | |
| 10:00 | CORPO LIBERO ELENA | | CORPO LIBERO ELENA | | CORPO LIBERO ELENA |
| 10:30 | POSTURAL SILVANA | POWESTRETCH LETIZIA | POSTURAL SILVANA | | POSTURAL SILVANA |
| | POSTURAL SILVIA | | PILATES SILVIA | | TOTALBODY LETIZIA |
| 12:45 | POSTURAL SILVIA | | POSTURAL SILVIA | | POSTURAL SILVIA |
| 12:50 | | FUNZIONALE COSTANZA | | FUNZIONALE ANDREA | |
| 13:00 | | PILATES ENZA | | PILATES ENZA | GAGFIT ARI |
| 13:30 | PILATES SILVANA | HATHA YOGA OLIVIERO | POSTURAL ELENA | HATHA YOGA OLIVIERO | POSTURAL SILVANA |
| | | PUMP ANDREA | POSTURAL YOGA SILVANA | TOTALBODY ANDREA | POSTURAL ELENA |
| | | PILATES EKATERINA | | | |
| 13:40 | | | TOTALBODY BIANCA | | ABC BIANCA |
| 16:00 | PILATES ENZA | | PILATES ENZA | POSTURAL VITTORIO | |
| 16:30 | | PILATES FRANCESCA | | PILATES FRANCESCA | |
| 17:00 | TOTALBODY ARI | PILATES ELENA | TOTALBODY ARI | PILATES ELENA | TOTALBODY ARI |
| | PILOGA SOFIA | | | | TOTALBODY ANDREA |
| 17:20 | TOTALBODY ANDREA | | | | |
| 17:30 | | GAGFIT ANDREA | PILATES SILVIA | | |
| 18:00 | PILATES SOFIA | CORPO LIBERO ELENA | | CORPO LIBERO ELENA | GARUDA SILVANA |
| | PILATES SILVANA | POWERYOGA SVITLANA | POSTURAL SILVANA | POWERYOGA SVITLANA | POWERYOGA SVITLANA |
| 18:30 | TOTALBODY LETIZIA | PILATES FRANCESCA | YOGA SVITLANA | PILATES FRANCESCA | |
| | POSTURAL ELENA | | TOTALBODY LETIZIA | | |
| 19:00 | POSTURAL SILVANA | PILATES SOFIA | POSTURAL SILVANA | PILATES SOFIA | YOGA OLIVIERO |
| | PILATES FRANCESCA | | PILATES FRANCESCA | | POSTURAL SILVANA |
| | | | | | YOGA ELENA |
| 19:10 | | PILATES SVITLANA | | PILATES SVITLANA | |
| 19:15 | YOGA OLIVIERO | | YOGA OLIVIERO | | |
| 19:30 | PILATES ELENA | | TOTALBODY STEFANO | PILATES MARIANA | |
| | | | YOGA ELENA | | |
| 20:00 | | | | | POSTURAL VITTORIO |