

Agenda della giornata

Individua il corso e la fascia oraria che preferisci e compila poi il *form* di iscrizione indicando le tue preferenze.

- 9.30 – 10.45** Yoga
- 11.00 – 12.00** Pilates Reformer
(max 3 persone)
- 12.00 – 13.00** Pilates Matwork – con *mini ball*
(max 6 persone)
- 13.00 – 14.00** Pilates Reformer
(max 3 persone)
- 14.00 – 15.00** Pilates Matwork – con *foam roller*
(max 6 persone)
- 15.00 – 16.00** Olit
- 16.00 – 17.00** Pilates Chair
(max 3 persone)

NB. La partecipazione è limitata ad un numero ristretto di persone. Per partecipare è necessario iscriversi.

Per maggiori informazioni scrivi a - info@pilatestibi.it oppure chiamaci - +39 392 2473040.