






## LANCIO PROGRAMMI LES MILLS BODYLINE

		giovedì	venerdì	sabato
MATTINA	09:30 10:30		POSTURAL TOTAL BODY	
	10:00 10:30			
	10:30 11:30		POSTURE BALANCE PILATES	
	11:00 12:00	YOGA		
	11:30 12:00			
	12:15 12:45	CIRCUITO DIMAGRIMENTO	CIRCUITO TONIFICAZIONE	
PRANZO	13:00 14:00		PILATES ADVANCED	CIRCUITO DIMAGRIMENTO
	14:00 14:45			
	15:00 16:00			
POMERIGGIO	16:30 17:30		YOGA	
	17:00 18:00	POSTURALE		
	17:45 18:45		STRETCHING & PILATES	
	18:00 18:30			
	18:45 19:15		CIRCUITO DIMAGRIMENTO	
CENA	19:30 20:00	CIRCUITO TONIFICAZIONE		
	20:15 20:45			
		CLASSI	CLASSI	CLASSI
	TOT	7	6	4
		CLASSI	CAPAZITÀ MAX	OSPITI
	TOT EVENTO	17	510	170