

# IL NOSTRO ORARIO DELLE CLASSI

**LUNEDÌ**

13.00  
**YOGA & PILATES**  
Body Balance

18.00  
**PILATES**  
**POSTURAL**

19.00  
**YOGA DINAMICO**

20.10  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

**MARTEDÌ**

10.00  
**YOGA SEMPLICE**  
**DAL 24/09**

18.15  
**YOGA DINAMICO**

19.30  
**YOGA & PILATES**  
Body Balance

20.30  
**YOGA & PILATES**  
Body Balance

**MERCOLEDÌ**

13.00  
**YOGA DINAMICO**

17.00  
**YOGA & PILATES**  
Body Balance

18.30  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

19.30  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

20.30  
**YIN YOGA**

**GIOVEDÌ**

11.00  
**YOGA DINAMICO**  
**DAL 19/09**

18.15  
**MAT PILATES**

19.30  
**YOGABILITY**  
FLEX - STRENGTH - MOVE

20.30  
**YOGA DINAMICO**

**VENERDÌ**

08.30  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

12.15  
**CIRCUIT**  
**TRAINING**

17.25  
**AERIAL YOGA**  
**DAL 20/09**

18.30  
**YOGA DINAMICO**

19.30  
**YOGA & PILATES**  
Body Balance

**SABATO**

09.45  
**YOGABILITY**  
FLEX - STRENGTH - MOVE  
**DAL 14/09**

10.55  
**AERIAL YOGA**  
**DAL 21/09**

**VALIDO DAL 2 SETTEMBRE 2024**

*Classi garantite con minimo 3 partecipanti.*



via Don Minzoni 33  
Burago di Molgora (MB)  
373 7160522  
info@nextgymstudio.com



**La Direzione si riserva la facoltà di modificare la programmazione in base alle proprie esigenze.**