

ORARIO LEZIONI '24/'25

Lunedì

13.00
**YOGA
& PILATES**
Boby Balance

18.00
**MAT
PILATES**
BACK FOCUS

19.00
**YOGA
DINAMICO**

20.10
**CIRCUIT
TRAINING**

Martedì

9.30
**YOGA
SEMPLICE**

14.30
PILATES+

18.15
**HATHA
YOGA**

19.30
**YOGA
& PILATES**
Boby Balance

20.30
**YOGA
& PILATES**
Boby Balance

Mercoledì

13.00
**HATHA
YOGA**

17.30
**YOGA
& PILATES**
Boby Balance

18.30
**CIRCUIT
TRAINING**

19.30
**CIRCUIT
TRAINING**

20.30
YIN YOGA

Giovedì

12.30
PILATES+

18.15
**MAT
PILATES**
CORE FOCUS

19.30
YOGABILITY
FLEX - STRENGTH - MOVE

20.30
**YOGA
DINAMICO**

Venerdì

08.30
**CIRCUIT
TRAINING**

9.30
POSTURALE

12.15
**CIRCUIT
TRAINING**

17.25
**AERIAL
YOGA**

18.30
**YOGA
DINAMICO**

19.30
PILATES+

Sabato

10.00
YOGABILITY
FLEX - STRENGTH - MOVE

11.15
**AERIAL
YOGA**



CLASSI GARANTITE CON MINIMO 3 PARTECIPANTI

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

VIA DON MINZONI, 33 - BURAGO DI MOLGORA, MB - INFO@NEXTGYMSTUDIO.COM ☎ 373 71 60 522

