



PLANNING

NIGUARDA

Via Adriatico, 30 - Milano

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
ORE 9:30 GINNASTICA DOLCE	ORE 10:00/11:30 YOGA KUNDALINI	ORE 9:30 PILATES	ORE 9:30 GINNASTICA DOLCE	ORE 10:00 PILOGA	ORE 14:00 BOOGIE WOOGIE
ORE 10:30 GINNASTICA DOLCE	ORE 12:45 PILOXING	ORE 10:30 POSTURALE	ORE 10:30 GINNASTICA DOLCE	ORE 11:00 POSTURALE	ORE 15:00/16:30 MUSICAL (intermedio)
ORE 17:00 GINNASTICA DOLCE	ORE 17:00 DANZA PROPEDEUTICA	ORE 12:45 PILATES	ORE 17:00 GINNASTICA DOLCE	ORE 17:00 DANZA MODERNA	ORE 16:30/18:00 LINDY HOP-SWING (principianti)
ORE 18:15 GINNASTICA DOLCE	ORE 18:00 DANZA MODERNA	ORE 18:00 PILATES	ORE 18:00 GINNASTICA DOLCE	ORE 18:00 DANZA MODERNA	
ORE 19:30 ZUMBA/STRONG	ORE 19:00 BALLI DI GRUPPO (intermedio)	ORE 19:00 BALLI DI GRUPPO (principianti)	ORE 19:00 PILATES	ORE 19:00 BALLI DI GRUPPO (avanzato)	
ORE 20:30 BALLO LISCIO (avanzato)	ORE 20:00/21:30 DANZA DEL VENTRE (avanzato)	ORE 20:00 ZUMBA	ORE 20:00 CARAIBICO (base)	ORE 20:00 G.A.G.	
ORE 21:30 DANZE LATINO AMERICANE (avanzato)	ORE 21:30 BALLO LISCIO E DA SALA (principianti)	ORE 21:00 BALLO LISCIO E DA SALA (intermedio)	ORE 21:00 CARAIBICO (intermedio)	ORE 21:00 HATHA YOGA	
	ORE 22:15 DANZE LATINO AMERICANE	ORE 22:00 DANZE LATINO AMERICANE (intermedio)			

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI AL NUMERO:
02/66503162 - 335/6866403**

**WWW.CLUBAMICIDELBALLO.IT
FACEBOOK: CLUB AMICI DEL BALLO**