

# Programma Corsi 2026

				<b>LUNEDÌ</b>								<b>MARTEDÌ</b>			
		<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>						<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>			
<b>08:00</b>	Riequilibrio Posturale		Anna				<b>08:00</b>	Riequilibrio Osseo		Chiara					
<b>09:00</b>	Benessere Posturale	Trio Studio	Chiara	Anna			<b>09:00</b>	Trio studio		Anna Giovanni					
<b>10:00</b>	Eutonic - Posturale		Chiara				<b>10:00</b>	Trio studio		Anna Chiara Giovanni					
<b>11:00</b>							<b>11:00</b>	Mini Gruppo		Anna Chiara Giovanni					
<b>16:00</b>	Reformer Pilates	Mini Gruppo	Chiara	Anna			<b>13:00</b>	Circuito <b>LONGEVITY</b>		Chiara					
<b>17:00</b>	Circuito <b>LONGEVITY</b>		Gaia - Chiara				<b>17:00</b>	Ginnastica Posturale		Alle					
<b>18:10</b>	Armonia muscolare		Anna				<b>18:00</b>	Metabolica (intermedia)		Alle					
<b>19:15</b>	Metabolica (intermedia)		Alle				<b>19:15</b>	Pilates & Tone		Vincenzo Gaia					
				<b>MERCOLEDÌ</b>								<b>GIOVEDÌ</b>			
		<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>						<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>			
<b>07:45</b>	Reformer Pilates		Anna				<b>08:00</b>	Riequilibrio posturale		Anna					
<b>09:00</b>	Reformer Pilates		Anna				<b>09:00</b>	Benessere Posturale	Trio Studio	Alle	Anna				
<b>10:00</b>	Mini Gruppo		Anna - Chiara Giovanni				<b>10:00</b>	Eutonic - Posturale	Trio Studio	Chiara	Anna				
<b>11:00</b>	Mini Gruppo		Anna - Chiara Giovanni				<b>11:00</b>	Ginnastica musica		Gaia					
<b>16:00</b>	Mini gruppo		Anna												
<b>17:00</b>	Circuito <b>LONGEVITY</b>	Trio Studio	Chiara	Anna			<b>17:00</b>	Ginnastica Posturale		Alle					
<b>18:00</b>	Circuito <b>LONGEVITY</b>		Chiara - Giovanni				<b>18:00</b>	Metabolica (base)		Alle					
<b>19:00</b>	Reformer Pilates		Giovanni				<b>19:15</b>	Metabolica		Alle					
				<b>VENERDÌ</b>								<b>SABATO</b>			
		<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>						<b>CORSO</b>		<b>INSEGNANTE</b>			
<b>07:45</b>	Reformer Pilates		Anna												
<b>09:00</b>	Trio Studio		Anna - Chiara Giovanni												
<b>10:00</b>	A.M.A. di gruppo		Giovanni												
<b>11:00</b>	Circuito <b>LONGEVITY</b>		Giovanni												
<b>12:00</b>	Pancafit & Pilates		Anna												
<b>13:00</b>	Pancafit & Pilates		Anna												
<b>17:00</b>	Reformer Pilates		Chiara												
<b>18:00</b>	Rolling Armonia Matwork Pilates		A rotazione Anna - Chiara												
<b>19:15</b>	Pilates & Tone		Vincenzo - Chiara												

**Via Puccini 178 –**  
**PER INFORMAZIONI 389 - 9923558**  
 PER ISCRIVERTI ACCEDI AL SITO  
[www.eutonia059.it](http://www.eutonia059.it) /Area riservata  
 registrati su Logfit e ottieni  
 la tua lezione GRATUITA!!!!

