

ORARIO OPUS 22

PRATO

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
13.15		MR1 PILATES SILVANA		MIOFASCIALE SILVANA	
17.00		BACKRACK SILVANA	PILATES AEREO FRANCESCA	MR1 PILATES SILVANA	
18.00	PILATES AEREO FRANCESCA	MR1 PILATES SILVANA		MEDIBOW PILATES SILVANA	
19.00		HATHA FLOW CATIA	YOGA WALL CATIA		YIN YOGA CATIA
20.00			YOGA DIMAGRIMENTO SABRINA		

- EMS TRAINING
- E-GYM
- SEDUTE PRIVATE O A COPPIA PILATES CADILLAC, REFORMER E CHAIR, BACKRACK
- SEDUTE PRIVATE O A COPPIA DI GYROTONIC®

- SEDUTE PRIVATE O A COPPIA DI MR1 PILATES, MEDIBOW PILATES, GYROKINESIS, YOGA, POSTURALE, MIOFASCIALE, PANCAFIT, GARUDA
- TEST DI VALUTAZIONE AFASCAN

SU PRENOTAZIONE:
 LUNEDÌ/VENERDÌ: 07:00 – 22:00
 SABATO: 07:00 – 18:00
 DOMENICA: 08:00 – 13:00