

# PROGRAMMA CORSI '25/26



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
6:45 - 7:30		POSTURALE		POSTURALE	
9:00 - 9:50	FUNCTIONAL		FIGHT		FUNCTIONAL
10:00 - 10:30			STRETCHING		
10:00 - 10:50	POSTURALE				POSTURALE
13:00 - 13:30					GAG
13:00 - 13:50	POSTURALE	FUNCTIONAL	POSTURALE	FUNCTIONAL	
15:00 - 15:50		POSTURALE		POSTURALE	
16:00 - 16:50	FUNCTIONAL		FUNCTIONAL		
19:30 - 20:20	FIGHT	FUNCTIONAL	FIGHT	FUNCTIONAL	
20:30 - 21:20		POSTURALE		POSTURALE	