



LUNEDÌ 1 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica posturale e stretching dei meridiani
con Francesca Dellagiacomina (*operatrice Shiatsu*)

MARTEDÌ 2 LUGLIO ore 9.30

Yoga
con Mara Zendron (*maestra di yoga e yoga terapeuta*)

MERCOLEDÌ 3 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

VENERDÌ 5 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica dolce
con Giulia Dallio (*sport teacher*). Info 349 3919962

LUNEDÌ 8 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica posturale e stretching dei meridiani
con Francesca Dellagiacomina (*operatrice Shiatsu*)

MARTEDÌ 9 LUGLIO ore 9.30

Yoga
con Mara Zendron (*maestra di yoga e yoga terapeuta*)

MERCOLEDÌ 10 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

VENERDÌ 12 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica dolce
con Giulia Dallio (*sport teacher*). Info 349 3919962

LUNEDÌ 15 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica posturale e stretching dei meridiani
con Francesca Dellagiacomina (*operatrice Shiatsu*)

MARTEDÌ 16 LUGLIO ore 9.30

Yoga
con Mara Zendron (*maestra di yoga e yoga terapeuta*)

MERCOLEDÌ 17 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

VENERDÌ 19 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica dolce
con Giulia Dallio (*sport teacher*). Info 349 3919962

LUNEDÌ 22 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica posturale e stretching dei meridiani
con Francesca Dellagiacomina (*operatrice Shiatsu*)

MARTEDÌ 23 LUGLIO ore 9.30

Yoga
con Mara Zendron (*maestra di yoga e yoga terapeuta*)

MERCOLEDÌ 24 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

VENERDÌ 26 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica dolce
con Giulia Dallio (*sport teacher*). Info 349 3919962

LUNEDÌ 29 LUGLIO ore 18.30

Ginnastica posturale e stretching dei meridiani
con Francesca Dellagiacomina (*operatrice Shiatsu*)

MARTEDÌ 30 LUGLIO ore 9.30

Yoga
con Mara Zendron (*maestra di yoga e yoga terapeuta*)

MERCOLEDÌ 31 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

Gli incontri sono presso il parco Palui a Castello di Fiemme (in caso di maltempo, gli incontri si svolgeranno sotto la struttura ex bocce)



Per INFO E PRENOTAZIONI scrivere su Whatsapp al numero 349 7714101 (Lisa)