



LUNEDÌ 30 GIUGNO ore 18.30

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

MERCOLEDÌ 2 LUGLIO ore 18.00

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

MERCOLEDÌ 2 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

GIOVEDÌ 3 LUGLIO ore 18.30

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

LUNEDÌ 7 LUGLIO ore 18.30

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

MERCOLEDÌ 9 LUGLIO ore 18.00

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

MERCOLEDÌ 9 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

GIOVEDÌ 10 LUGLIO ore 18.30

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

LUNEDÌ 14 LUGLIO ore 18.30

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

MERCOLEDÌ 16 LUGLIO ore 18.00

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

MERCOLEDÌ 16 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

GIOVEDÌ 17 LUGLIO ore 18.30

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

LUNEDÌ 21 LUGLIO ore 18.30

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

MERCOLEDÌ 23 LUGLIO ore 18.00

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

MERCOLEDÌ 23 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

GIOVEDÌ 24 LUGLIO ore 18.30

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

LUNEDÌ 28 LUGLIO ore 18.30

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

MERCOLEDÌ 30 LUGLIO ore 18.00

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

MERCOLEDÌ 30 LUGLIO ore 19.30

Pilates
con Armanda Ferrari (*personal trainer FIF*)

GIOVEDÌ 31 LUGLIO ore 18.30

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

**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)