



## **GINNASTICA PER ADULTI**

### **Aerobica**

#### **Orari dei corsi**

---

#### **Corso al mattino**

Martedì - Giovedì dalle ore 9,00 alle ore 10,00  
(*Istruttrice: Barbara Bresciani*)

#### **Corso serale - I turno**

Lunedì - Mercoledì dalle ore 19,00 alle ore 20,00  
Venerdì dalle ore 19,30 alle ore 20,30  
(*Istruttrice: Claudia Angoscino / Camilla Novaglio*)

#### **Corso serale II turno**

Lunedì - Mercoledì dalle ore 20,00 alle ore 21,00  
Venerdì dalle ore 19,30 alle ore 20,30  
(*Istruttrice: Claudia Angoscino / Camilla Novaglio*)

### **Total Body**

#### **Orari del corso**

---

Martedì - Giovedì dalle ore 20,00 alle ore 21,00  
(*Istruttore: Ghislaine Carrara*)  
Venerdì dalle ore 19,30 alle ore 20,30  
(*Istruttrice: Claudia Angoscini*)