



MOVIMENTO  
SPORTIVO  
POPOLARE ITALIA

# Calendario corsi di ginnastica posturale, pilates e yoga: (Careggi - Palestra Pad. Nic 3 - Piano -1)

## Lunedì

*Orario inizio sessioni:*

- 11:30 YOGA
- 13:20 YOGA

*Insegnante Marina*

## Martedì

*Oraio inizio sessioni:*

- 13:30 POSTURALE
- 16:15 POSTURALE

*Insegnante Monica*

## Mercoledì

*Orario inizio sessioni:*

- 11:30 YOGA
- 14:00 YOGA

*Insegnante Marina*

- 15:30 PILATES

*Insegnante Valentina*

## Giovedì

*Oraio inizio sessioni:*

- 14:00 POSTURALE
- 15:00 POSTURALE
- 16:10 POSTURALE

*Insegnante Monica*

## Venerdì

*Oraio inizio sessioni:*

- 14:30 PILATES

*Insegnante Monica*



*Il vostro benessere è la nostra priorità*

**Per info e prenotazioni :**

**contattare Francesco al 349.6690806 o inviare mail a: [info.mspfirenze@gmail.com](mailto:info.mspfirenze@gmail.com)**