

ORARI 2025/2026 CENTRO GIOVANILE OSIO SOTTO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
8.30 – 9.30 Yoga Posturale (Sala Blu)	9.30 – 10.30 Ginnastica dolce (Sala Blu)	9.30 – 10.30 Posturale (Sala Blu)	9.30 – 10.30 Ginnastica dolce (Sala Blu)	9.30 – 10.30 Posturale (Sala Blu)	9.45 – 10.30 Baby Ballet (Sala Blu)
18.30 – 19.30 Pilates base (Sala Blu)	10.30 – 11.30 Fitball (Sala Blu)	18.30 – 19.30 Pilates base (Sala Blu)	10.30 – 11.30 Fitball (Sala Blu)	16.00 – 17.00 Posturale base (Sala Blu)	10.30 – 11.30 Danza Moderna 5-6-7 anni (Sala Blu)
19.30 – 20.30 Pilates intermedio (Sala Blu)	16.00 – 17.00 Posturale base (Sala Blu)	19.30 – 20.30 Pilates intermedio (Sala Blu)		17.00 – 18.00 Posturale intermedia (Sala Blu)	
16.30 – 17.30 Classica 2° e 3° grado (Gazebo)	17.00 – 18.00 Posturale intermedia (Sala Blu)	20.30 – 21.30 HathaYoga (Sala Blu)		18.30 – 19.30 Yoga Posturale (Sala Blu)	
17.30 – 19.00 Classica 6° grado (Gazebo)	18.00 – 19.00 Difesa personale ragazzi (Gazebo)	16.30 – 17.30 Propedeutica alla Danza (Gazebo)			
19.00 – 20.00 Classica 5° grado (Gazebo)	20.00 – 21.00 Difesa personale adulti (Sala Blu)	17.30 – 18.30 Classica 5° grado (Gazebo)			

ORARI 2025/2026 PALESTRINA SCUOLE ELEMENTARI OSIO SOPRA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
17.15 – 18.15 Danza Moderna elementari	16.30 – 17.15 BABY HIP - HOP	18.15 – 19.15 ZUMBA	16.30 – 17.30 Classica 2° e 3° grado	16.15 – 17.15 HIP – HOP MEDIE	8.30 – 9.30 Yoga Posturale (Sala Blu)
18.15 – 19.15 Danza Moderna medie	17.15 – 18.15 HIP – HOP ELEMENTARI	19.30 – 20.30 Postrurale	17.30 – 19.00 Classica 6° grado (Gazebo)	17.15 – 18.15 HIP – HOP ELEMENTARI	
19.30 – 20.30 Postrurale	18.15 – 19.15 HIP – HOP MEDIE	20.30 – 21.30 BODY TONING	19.00 -20.30 Moderna grandi	18.15 – 19.15 ZUMBA	
20.30 – 21.30 BODY TONING					

TUTTI I CORSI INIZIANO LA SETTIMANA DAL 15/09/2025 AD ESCLUSIONE DI GINNASTICA DOLCE, PILATES E FITBALL CHE INIZIERANNO DAL 22/09/2025 – IL CORSO DI YOGA MATTUTINO VA' PRENOTATO ED AVRA' INIZIO IL 6 OTTOBRE. PER INFO. 340/799.44.62