

ORARI GIORNALIERI 2026-2027

LUNEDI				
CORPI LIBERI	Sybillie Paatzsch	11:00-12:00		DISCIPLINE CORPOREE
PILATES IN GRAVIDANZA	L. Valeria Scardigno	11:00-12:00		GRAVIDANZA E NEOMAMME
ORIENTALE	Sybillie Paatzsch	12.00-13.00		DANZA E TEATRO ADULTI
VINYASA FLOW	Simone Guizzo	13:00-14:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
PILATES MATWORK	L. Valeria Scardigno	13.15-14.15		DISCIPLINE CORPOREE
ALLENAMENTO FUNZIONALE	Cecilia Carotti	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
CORPI LIBERI	Adriana Frabboni	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
CORPI LIBERI	Adriana Frabboni	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
EMBODIED YOGA	Mariarita Casagrande	18:30-19:30		ginnastica finalizzata allo YOGA
TANGO	Mattia Tascone	18.30-19.30		DANZA E TEATRO ADULTI
TEATRODANZA	Simona Nannetti	18.30-19.30	(11/15 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
PRANAYAMA E MEDITAZIONE	Nicoletta Ciunci	19:30-20:30		ginnastica finalizzata allo YOGA
FELDENKRAIS	Adriana Frabboni	19.15-20.15		DISCIPLINE CORPOREE
TANGO	Mattia Tascone	19.30-20.30		DANZA E TEATRO ADULTI
BENESSERE DELLA SCHIENA	Simona Nannetti	19.30-20.30		DISCIPLINE CORPOREE
STRETCHING	Marina Insam	20.30-21.30		DISCIPLINE CORPOREE
IMPROV. e COMPOSIZIONE (Laboratorio)	Simona Nannetti	20.30-21.45		DANZA E TEATRO ADULTI
MARTEDI				
MOVIMENTO DOLCE	L. Valeria Scardigno	10.00-11.00		DISCIPLINE CORPOREE
SBARRA A TERRA con elementi di Kniaseff	Marco Sbarzagli	12.00-13.00		DANZA E TEATRO ADULTI
PILATES THERAPY	Edoardo Fabbri	13:30-14:30		DISCIPLINE CORPOREE
PILATES THERAPY	Edoardo Fabbri	13:30-14:30		DISCIPLINE CORPOREE
EMBODIED YOGA	Mariarita Casagrande	13.30-14.30		ginnastica finalizzata allo YOGA
SBARRA A TERRA	Marco Sbarzagli	13.30-14.30		DANZA E TEATRO ADULTI
RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE	Elena Balboni	16:30-17:45		DISCIPLINE CORPOREE
YOGA e MINDFULNESS PER ADOLESCENTI	Nicoletta Ciunci	17:00-18:00	(11/15 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
QI GONG	Cristina Balestri	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE	Elena Balboni	17:45-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
PROPEDEUTICA	Francesca Perazzolo	17.00-18.00	(3/6 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
CLASSICA [Sbarra+Centro]	Marco Sbarzagli	17.30-19.00		DANZA E TEATRO ADULTI
PRANAYAMA E MEDITAZIONE	Nicoletta Ciunci	18:00-19:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
PROPEDEUTICA	Francesca Perazzolo	18.00-19.00	(6/10 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
HIP HOP	Riccardo Moregola	18.00-19.00	(11/15 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
JIVAMUKTI & SPIRITUAL WARRIOR	Roxana Iacoban	19:00-20:00	(in inglese)	ginnastica finalizzata allo YOGA
DYNAMIC FLOOR	Lara Russo	19.00-20.00		DANZA E TEATRO ADULTI
HIP HOP	Riccardo Moregola	19.00-20.00		DANZA E TEATRO ADULTI
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	19.00-20.00		DANZA E TEATRO ADULTI
CONTEMPORANEA Adulti	Francesca Perazzolo	20:00-21:15		DANZA E TEATRO ADULTI
PIZZICA	Stefania Lombardi	20.00-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
CLASSICA [Sbarra]	Marco Sbarzagli	20.00-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
MERCOLEDI				
RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE	Elena Balboni	9:15-10:30		DISCIPLINE CORPOREE
PRANAYAMA E MEDITAZIONE	Nicoletta Ciunci	9:30-10:30		ginnastica finalizzata allo YOGA
RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE	Elena Balboni	10:30-11:45		DISCIPLINE CORPOREE
PILATES IN GRAVIDANZA	L. Valeria Scardigno	11:00-12:00		GRAVIDANZA E NEOMAMME
PILATES MATWORK	L. Valeria Scardigno	13.15-14.15		DISCIPLINE CORPOREE
FELDENKRAIS	Adriana Frabboni	16.15-17.30		DISCIPLINE CORPOREE
ODAKA YOGA	Valentina Sfameni	17:00-18:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
CONTEMPORANEA	Sonja Lasagna	17.00-18.00	(6/10 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
ALLENAMENTO FUNZIONALE	Cecilia Carotti	17.00-18.00	(dai 10 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
PILATES THERAPY	Edoardo Fabbri	18:30-19:30		DISCIPLINE CORPOREE
PILATES THERAPY	Edoardo Fabbri	18:30-19:30		DISCIPLINE CORPOREE
CONTEMPORANEA	Agnese Mattanò	18.30-19.30	(dai 14 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
HATHA YOGA	Annamaria Pucci	19:00-20:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
STRETCHING	Marina Insam	19.30-20.30		DISCIPLINE CORPOREE
MIMO CORPOREO DRAMMATICO	Agnese Mattanò	19.30-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
POEMS (Laboratorio)	Lara Russo	19.30-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
MODERN	Karolina Kubalczyk	20.00-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
GIOVEDI				
MOVIMENTO DOLCE	L. Valeria Scardigno	10.00-11.00		DISCIPLINE CORPOREE
CORPI LIBERI	Sybillie Paatzsch	11:00-12:00		DISCIPLINE CORPOREE
QI GONG	Cristina Balestri	11:00-12:00		DISCIPLINE CORPOREE
ORIENTALE	Sybillie Paatzsch	12.00-13.00		DANZA E TEATRO ADULTI
SBARRA A TERRA con elementi di Kniaseff	Marco Sbarzagli	12.00-13.00		DANZA E TEATRO ADULTI
CORPI LIBERI	Sybillie Paatzsch	13:30-14:30		DISCIPLINE CORPOREE
SBARRA A TERRA	Marco Sbarzagli	13.30-14.30		DANZA E TEATRO ADULTI
RIEQUILIBRIO MUSCOLARE E POSTURALE	Elena Balboni	15:45-17:00		DISCIPLINE CORPOREE
CONTEMPORANEA	Francesca Perazzolo	16.00-17.00	(dai 14 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
CORPI LIBERI	L. Valeria Scardigno	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
YIN YOGA	Mariarita Casagrande	17:00-18:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
ODAKA YOGA IN GRAVIDANZA	Fiorenza Minervini	17:30-18:30		GRAVIDANZA E NEOMAMME
ESPRESSIONE CORPOREA	Simona Nannetti	17.00-18.00	(3/6 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
CONTEMPORANEA	Francesca Perazzolo	17.00-18.00	(11/14 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
CLASSICA [Sbarra+Centro]	Marco Sbarzagli	17.30-19.00		DANZA E TEATRO ADULTI
QI GONG	Cristina Balestri	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
ODAKA YOGA	Fiorenza Minervini	18:30-19:30		ginnastica finalizzata allo YOGA
ESPRESSIONE CORPOREA	Simona Nannetti	18.00-19.00	(6/10 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
PILATES MATWORK	L. Valeria Scardigno	18.00-19.00		DISCIPLINE CORPOREE
CONTEMPORANEA Adulti	Lara Russo	19:00-20:30		DANZA E TEATRO ADULTI
ESPRESSIONE CORP. ADULTI	Simona Nannetti	19.00-20.00		DANZA E TEATRO ADULTI
SBARRA A TERRA	Marco Sbarzagli	19.00-20.00		DANZA E TEATRO ADULTI
VINYASA FLOW	Simone Guizzo	20:00-21:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
CLASSICA [Sbarra]	Marco Sbarzagli	20.00-21.00		DANZA E TEATRO ADULTI
CONTEMPORANEA BRASILIANA	Elvio Assuncao	20.30-21.45		DANZA E TEATRO ADULTI
VENERDI				
VINYASA FLOW	Simone Guizzo	10:00-11:00		ginnastica finalizzata allo YOGA
HIP HOP	Riccardo Moregola	17.30-18.30	(6/11 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
CLASSICA	Marco Sbarzagli	17.30-18.30	(11/14 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
SBARRA A TERRA con elementi di Kniaseff	Marco Sbarzagli	18.30-19.30		DANZA E TEATRO ADULTI
HIP HOP	Riccardo Moregola	18.30-19.30	(11/14 anni)	DANZA e ATTIVITA' BAMBINI E RAGAZZI
BODANZA	Edoardo Fabbri	19.30-20.30		DANZA E TEATRO ADULTI
HIP HOP	Riccardo Moregola	19.30-20.30		DANZA E TEATRO ADULTI
PIZZICA	Stefania Lombardi	19.30-20.30		DANZA E TEATRO ADULTI
CLASSICA [Sbarra]	Marco Sbarzagli	19.30-20.30		DANZA E TEATRO ADULTI
SABATO				
KUNDALINI Yoga	Piera Raimondi Cominesi	9:15-10:30		ginnastica finalizzata allo YOGA
SBARRA A TERRA	Marco Sbarzagli	10.30-11.30		DANZA E TEATRO ADULTI
CLASSICA [Sbarra]	Marco Sbarzagli	11.30-12.30		DANZA E TEATRO ADULTI
CLASSICA [Centro]	Marco Sbarzagli	12.30-13.30		DANZA E TEATRO ADULTI