

ORARI GIORNALIERI 2025-2026

LUNEDI				
Corpi Liberi	Sybille Paatzsch	11:00-12:00		DISCIPLINE CORPOREE
Pilates in Gravidanza	L. Valeria Scardigno	11:00-12:00		GRAVIDANZA E NEOMAMME
Orientale	Sybille Paatzsch	12:00-13:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Potenziamento HIIT	Alice Murtas	12:30-13:00		DISCIPLINE CORPOREE
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	13:00-14:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Pilates Matwork	L. Valeria Scardigno	13:15-14:15		DISCIPLINE CORPOREE
Yoga dell'Integrazione	Laura Pappacena	17:00-18:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
AeroPilates	Lucia Valgimigli	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
TeatroDanza Ragazzi	Simona Nannetti	18:30-19:30	(11/15 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Recitazione Ragazzi	Armando Comini	18:30-19:30	(11/15 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Odaka Yoga	Valentina Sfameni	18:30-19:30		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Tango	Mattia Tascone	18:30-19:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Feldenkrais	Adriana Frabboni	19:00-20:00		DISCIPLINE CORPOREE
Benessere della Schiena	Simona Nannetti	19:30-20:30		DISCIPLINE CORPOREE
Tango	Mattia Tascone	19:30-20:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Lab. Improvvisazione e Composizione (TeatroDanza)	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	Marco Sbarzagli	11:00-12:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	13:30-14:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Garuda	Marta Miniucchi	13:30-14:30		DISCIPLINE CORPOREE
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	16:30-17:45		DISCIPLINE CORPOREE
Contemporanea Bambini	Sonja Lasagna	17:00-17:45	(3/6 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Classica alla Sbarra e Centro	Marco Sbarzagli	17:30-19:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	17:45-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Tai Ji Quan	Matteo Palozzo	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Contemporanea Bambini	Sonja Lasagna	18:00-19:00	(6/10 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
HipHop Ragazzi	Riccardo Moregola	18:00-19:00	(11/14 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Hip Hop	Riccardo Moregola	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Hatha Yoga	Annamaria Pucci	19:00-20:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Movimento Somatico	Lucrezia Rosellini	19:00-20:00		DISCIPLINE CORPOREE
Contemporanea	Lucrezia Rosellini	20:00-21:15		DANZA E TEATRO ADULTI
Classica alla Sbarra	Marco Sbarzagli	20:00-21:00		DANZA E TEATRO ADULTI
MERCOLEDI				
Yoga dell'Integrazione	Laura Pappacena	8:30-9:30		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	9:15-10:30		DISCIPLINE CORPOREE
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	10:00-11:00		GINN. 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
Contemporanea	Lucrezia Rosellini	11:00-12:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	13:00-14:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Pilates Matwork	L. Valeria Scardigno	13:15-14:15		DISCIPLINE CORPOREE
Feldenkrais	Adriana Frabboni	16:15-17:30		DISCIPLINE CORPOREE
Nidi di Danza	Sonja Lasagna	17:00-17:45	(18/36 mesi)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Potenziamento Muscolare	Lucrezia Rosellini	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Contemporanea Ragazzi	Agnese Mattanò	18:00-19:00	(11/15 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	18:00-19:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Kundalini Yoga	Piera Raimondi	19:00-20:15		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Pizzica	Stefania Lombardi	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Mimo Corporeo Drammatico	Agnese Mattanò	19:00-20:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Benessere della Schiena	Lucrezia Rosellini	19:30-20:30		DISCIPLINE CORPOREE
GIOVEDI				
Movimento Dolce	L. Valeria Scardigno	10:00-11:00		DISCIPLINE CORPOREE
Corpi Liberi	Sybille Paatzsch	11:00-12:00		DISCIPLINE CORPOREE
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	11:00-12:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Orientale	Sybille Paatzsch	12:00-13:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Potenziamento HIIT	Alice Murtas	12:30-13:00		DISCIPLINE CORPOREE
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	13:30-14:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Yoga dell'Integrazione	Laura Pappacena	13:15-14:30		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Corpi Liberi	Sybille Paatzsch	13:30-14:30		DISCIPLINE CORPOREE
Classica Ragazzi	Marco Sbarzagli	16:00-17:00	(11/15 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	16:30-17:45		DISCIPLINE CORPOREE
Espressione Corporea Bambini	Simona Nannetti	17:00-18:00	(3/6 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Corpi Liberi	L. Valeria Scardigno	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
Odaka Yoga in Gravidanza	Fiorenza Minervini	17:00-18:00		GRAVIDANZA E NEOMAMME
Classica alla Sbarra e Centro	Marco Sbarzagli	17:30-19:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Espressione Corporea Bambini	Simona Nannetti	18:00-19:00	(6/10 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Tai Ji Quan	Matteo Palozzo	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Odaka Yoga	Fiorenza Minervini	18:00-19:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Pilates Matwork	L. Valeria Scardigno	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Espressione Corporea Adulti	Simona Nannetti	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Classica alla Sbarra	Marco Sbarzagli	20:00-21:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Contemporanea Brasiliana	Elvio Pereira de Assuncao	20:30-21:45		DANZA E TEATRO ADULTI
VENERDI				
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	9:15-10:30		DISCIPLINE CORPOREE
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	10:00-11:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Riequilibrio Muscolare e Posturale	Elena Balboni	10:30-11:45		DISCIPLINE CORPOREE
HipHop Bambini	Riccardo Moregola	17:00-18:00	(6/10 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
AeroPilates	Lucia Valgimigli	17:00-18:00		DISCIPLINE CORPOREE
HipHop Ragazzi	Riccardo Moregola	18:00-19:00	(11/14 anni)	DANZA E TEATRO BAMBINI/RAGAZZI
Potenziamento Muscolare	Lucia Valgimigli	18:00-19:00		DISCIPLINE CORPOREE
Vinyasa Flow	Simone Guizzo	18:00-19:00		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Hip Hop	Riccardo Moregola	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
Pizzica	Stefania Lombardi	19:00-20:00		DANZA E TEATRO ADULTI
SABATO				
Kundalini Yoga	Piera Raimondi	9:15-10:30		GINN. FINALIZZATA ALLO YOGA
Sbarra a Terra	Marco Sbarzagli	10:30-11:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Rieducazione Posturale di Gruppo	Donata Ferrarese	10:45-11:45		DISCIPLINE CORPOREE
Classica alla Sbarra	Marco Sbarzagli	11:30-12:30		DANZA E TEATRO ADULTI
Classica Centro	Marco Sbarzagli	12:30-13:30		DANZA E TEATRO ADULTI