

PROGRAMMA ATTIVITA' ADULTI CITTA' DI BERGAMO A.S. 2020/21 MESE OTTOBRE 2020				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
10.00 LUISA PILATES GHISLANDI S.CATERINA		10.00 ENZA PILATES GHISLANDI S.CATERINA		9.30 IRENE VERTEBRALE GHISLANDI S.CATERINA
17.00 MONICA Y PILATES PASCOLI	13.00 SIMONA F. G.A.G. CSC DON PALAZZOLO	13.00 SIMONA F. G.A.G. VIA GHISLANDI 63	13.00 SIMONA F. G.A.G. CSC DON PALAZZOLO	13.00 SIMONA F. G.A.G. VIA GHISLANDI 63
	17.30 RICCARDO GINNASTICA DOLCE DA ROSCIATE		18.00 FEDERICA ZUMBA SEDE DA CONFERMARE	18.00 PAOLO GINNASTICA DOLCE DA ROSCIATE
18.00 SIMONA F. G.A.G. CSC DON PALAZZOLO			18.00 SIMONA F. G.A.G. CSC DON PALAZZOLO	
18.30 SIMO I GAG DA ROSCIATE		18.30 SIMO I GAG DA ROSCIATE		
18.00 MONICA Y. YOGA PASCOLI		17.30 ENZA YOGA PASCOLI	18.00 LUCIA/PAOLO TOTAL BODY DA ROSCIATE	
18.30 PAOLO NORDIC WALKING BASE	18.30 SIMO F. TOTAL BODY PASCOLI		18.30 SIMO F. TOTAL BODY PASCOLI	
19.00 SIMONA F. TOTAL BODY CSC DON PALAZZOLO			19.00 SIMONA F. TOTAL BODY CSC DON PALAZZOLO	
19.15 MONICA Y. YOGA PASCOLI	19.30 SIMONA F. G.A.G. PASCOLI	19.00 ENZA YOGA PASCOLI	19.00 RICCARDO VERTEBRALE DA ROSCIATE	
19.30 PAOLO NORDIC WALKING AVANZATO	19.15 RICCARDO GIN. VERTEBRALE MAZZI	19.30 SIMO I TOTAL BODY DA ROSCIATE	19.30 SIMONA F. G.A.G. PASCOLI	19.30 MARTA TOTAL BODY DA ROSCIATE
20.00 MARTA TOTAL BODY DA ROSCIATE			19.30 FEDERICA I. GIN. VERTEBRALE MAZZI	
19.30 SIMO I. VERTEBRALE DA ROSCIATE S.		20.00 -21.30 DAVIDE PARKOUR ADULTI DA ROSCIATE	20.00 CRISTINA TOTAL BODY DA ROSCIATE	SABATO 10.00 ENZA YOGA DA ROSCIATE
20.30 PAOLO PRESCIISTICA CAMOZZI PICCOLA		20.00 PAOLO PRESCIISTICA CAMOZZI GRANDE		

**IN BIANCO LE SEDI NON ANCORA CONFERMATE:
IN TUTTE LE ALTRE DAL 1 OTTOBRE VENGONO ATTIVATE LE ATTIVITA' INDICATE.
TUTTE LE LEZIONI RIMANGONO ATTIVE FINO AL 31 OTTOBRE
MA PROSEGUONO FINO A DICEMBRE SOLO DOVE SI RAGGIUNGE IL NUMERO MINIMO DI SOCI PARTECIPANTI**

PROGRAMMA ATTIVITA' ADULTI PROVINCIA DI BERGAMO A.S. 2020/2021 MESE OTTOBRE 2020				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
	8.30 AEROBICA TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g			8.30 AEROBICA TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g
	9.30 GINNASTICA DOLCE TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g			9.30 GINNASTICA DOLCE TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g
	9.30 PILATES SCANZO (NEGRONE) luisa		9.30 PILATES SCANZO (NEGRONE) luisa	
	10.30 GINNASTICA DOLCE TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g			10.30 GINNASTICA DOLCE TORRE BOLDONE (PALAZZETTO) Monica g
15.30 POSTURALE TORRE BOLDONE (EL.VECCHIA) Luisa			16.00 POSTURALE TORRE BOLDONE (EL.VECCHIA) mattia	
16.30 POSTURALE TORRE BOLDONE (EL.VECCHIA) luisa			17.00 POSTURALE 1TORRE BOLDONE (EL.VECCHIA) mattia	
18.00 GAG GORLE (MEDIE) luisa			17.30 GAG GORLE (MEDIE) luisa	
19.00 GAG E STEP CHIUDUNO (LUDOTECA) marinella			19.00 GAG E STEP CHIUDUNO (LUDOTECA) marinella	
19.00 TOTAL BODY TORRE BOLDONE (EL. NUOVA) mattia			19.00 TOTAL BODY TORRE BOLDONE (EL. NUOVA) mattia	
20.00 AEROBICA TORRE BOLDONE (EL. NUOVA) luisa	19.30 TOTAL BODY SCANZO (EL. PASCOLI) luisa	20.00 AEROBICA TOR- RE BOLDONE (EL. NUOVA) luisa	19.30 TOTAL BODY SCANZO (EL. PASCOLI) luisa	

IN BIANCO LE SEDI NON ANCORA CONFERMATE:

IN TUTTE LE ALTRE DAL 1 OTTOBRE VENGONO ATTIVATE LE ATTIVITA' INDICATE.

TUTTE LE LEZIONI RIMANGONO ATTIVE FINO AL 31 OTTOBRE

MA PROSEGUONO FINO A DICEMBRE SOLO DOVE SI RAGGIUNGE IL NUMERO MINIMO DI SOCI PARTECIPANTI

ASD SPORTIME LOMBARDIA -PROGRAMMA JUNIOR BERGAMO E PROVINCIA A.S. 2020/21 OTTOBRE				
LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
16.30-18.00 ARTISTICA FLORES ELEMENTARI E MEDIE RUTH/MATTIA	16.30-18.00 ARTISTICA GHISLERI PRIMARIA MATTIA	16.00-17.30 ARTISTICA PASCOLI 3-4-5- PRIMARIA RUTH/MATTIA		16.00-17.00 ARTISTICA PASCOLI INFANZIA e PRIMA RUTH/MATTIA
	16.30-17.30 RODARI SERIATE RITMICA PICCOLE MARTA		16.30-17.30 RODARI SERIATE RITMICA PICCOLE MARTA	
16.30-17.30 DA ROSCIATE PICCOLISSIMI ELIA/RICCARDO	16.30-17.30 DA ROSCIATE (SU E S.) ARTISICA/ACRO PRIMARIA RUTH/RICCARDO	16.30-17.30 DA ROSCIATE S. PICCOLISSIMI ELIA/RICCARDO	16.30-17.30 DA ROSCIATE (SU E S.) ARTISICA/ACRO PRIMARIA RUTH/RICCARDO	
17.30-18.30 DA ROSCIATE PARKOUR PRIMARIA ELIA/RICCARDO		17.30-18.30 DA ROSCIATE PARKOUR PRIMARIA ELIA/RICCARDO		
18.30-20.00 DA ROSCIATE S. PARKOUR MEDIE ELIA/ (se serve riccardo)	17.30-18.30 RODARI SERIATE RITMICA GRANDI MARTA	18.45 -20.15. ARTISTICO PARKOUR MEDIE DAVIDE	17.30-18.30 RODARI SERIATE RITMICA GRANDI MARTA	
		18.30-19.30 RODARI SERIATE RITMICA AVANZATO MARTA		
				SABATO
				17.30-19.00 RODARI SERIATE RITMICA AVANZATO MARTA

**IN BIANCO LE SEDI NON ANCORA CONFERMATE:
IN TUTTE LE ALTRE DAL 1 OTTOBRE VENGONO ATTIVATE LE ATTIVITA' INDICATE.
TUTTE LE LEZIONI RIMANGONO ATTIVE FINO AL 31 OTTOBRE
MA PROSEGUONO FINO A DICEMBRE SOLO DOVE SI RAGGIUNGE IL NUMERO MINIMO DI SOCI PARTECIPANTI**