















ORA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
09:00/09:30						
09:30/10:00	Hatha Yoga	Floorwork dinamico	Improvvisazione/ composizione	Aikido/Aikiflow	Hatha Yoga	
10:00/10:30						
10:30/11:00						
11:00/11:30						
11:30/12:00	Floorwork (11:15/13:15)	Improvvisazione/ composizione	Tecnica contemporanea	Pilates	Balletto per Contemporaneo	
12:00/12:30						
12:30/13:00			Floorwork	Tecnica contemporanea (13:15)		
13:00/13:30						
13:30/14:00	Contact Improvisation (14:15/16:15)	Balletto per Contemporaneo (14:15/15:45)	Progetti personali (14:15/16:15)	Laboratorio coreografico (15:15)	Partnering	
14:00/14:30						
14:30/15:00						
15:00/15:30		ZenGa Pilates		Balletto contemporaneo (15:15/16:15)		
15:30/16:00						
16:00/16:30						
16:30/17:00						



O S A
R E N
A C N
R O O
I N
O D O

LEGENDA PER DISCIPLINE

 Body Mind Centering	 Aikido/Aikiflow	 Balletto per Contemporaneo
 Contact Improvisation	 Floorwork	 Improvvisazione/composizione
 Pilates	 Floorwork dinamico	 Laboratorio coreografico
 ZenGa Pilates	 Progetti personali	 Partnering
 Hatha Yoga	 Tecnica contemporanea	