

# BIOMethica 2011/2012

## Calendario Attività

**Pilates** [con Silvia Mantini]  
Lunedì, Martedì e Giovedì ore 10.15/11.15

**Yoga Pilates** [con Silvia Mantini]  
Lunedì e Mercoledì ore 14.45/15.45  
Martedì e Giovedì ore 17.30/18.30

**Sweet Feet** [con Laila Melappioni]  
Lunedì, Mercoledì e Venerdì ore 11.00/12.00

**Postural Training** [con Dorothy Rossi]  
Martedì e Giovedì ore 11.00/12.00

**Beamish Bodymind Balancing<sup>®</sup>** [con Laila Melappioni]\*  
Martedì e Giovedì ore 10.30/11.45  
[\*Questa attività non è soggetta a prova gratuita]

**Dance Fit** [con Dorothy Rossi]  
Lunedì e Mercoledì ore 13.15/14.15

**Yoga**  
Martedì ore 17.30/18.30 [con Barbara Torri]  
Martedì e Giovedì ore 20.15/21.15 [con Silvia Mantini]

**Meditazione Osho** [con Mary Sikha]  
Mercoledì ore 18.00/19.00

**Dance Different** [con Vale G. & Elvis Almasansera]  
Martedì ore 18.30/19.30 per ragazzi 12/20 anni  
Venerdì ore 21.00/22.00 per Over 20

**Karate** [con 'Harvey' Harshvir Dewett ]  
Mercoledì e Venerdì ore 18.30/19.30

**Hip Hop** [con Laura Lucesoli]  
Lunedì ore 17.30/18.30 per ragazzi 8/14 anni  
Mercoledì ore 18.30/20.00 per ragazzi dai 15 anni in su

