

Lissone Via F.Cavallotti 18		www.academydanza.com
Tel: 039-79.28.99		info@academydanza.it
Cell: 393-6785329		Anno:2025-26

Settore Danza Aerea e Fitness-Caraibici

Orari Pilates; Pole dance; Yoga; Zumba; Cerchio Aereo; Body Flying; Caraibici

Orari settore Danza chiedere in segreteria x individuare il corso + adatto a voi

Orari Segreteria

Da **Lunedì** a **Venerdì** da h. 10,30 a h 13,00 e da h. 15,30 a h. 21,00

Sabato da h. 10,30 a h 19,00 Domenica su appuntamento

Segreteria raggiungibile telefonicamente o Whatsapp da h. 8,00 a h. 21,00

****1 h = 55 minuti**

Corsi	Giorno e ora inizio lezione	Insegnante	Durata
Pilates Matwork; Yoga			
Pilates Matwork	Lunedì h 19,30 e 20,30	Valentina P/Aksana	1,00
Pilates Matwork	Martedì e Giovedì h 20,00	Valentina M	1,00
Pilates Matwork	Mercoledì h 20,30	Aksana	1,00
Pilates Matwork	Venerdì h. 20,00	Davide R.	1,00
Pilates Matwork mattina	Martedì e Giovedì h.10,00 Sabato H 10,30	Valentina M	1,00
Yoga	Lunedì h 19,30; Mercoledì h 18,30 e 19,30; Venerdì h 20,00	Aksana	1,00
Yoga Mattino	Lunedì h. 10,00	Aksana	1,00
Yoga in Gravidanza	Lunedì h 11,00	Aksana	1,00
Yoga incontri	Incontri mensili a h 17,30 c.a. Sabato	Aksana	2,00
Pilates Studio			
Pilates Studio gruppo (personal - duetto Gruppi da 3 Max 4 persone)	GG ed orari sono concordati tra le richieste degli utenti ed i posti disponibili	Iskra - Andrea	55 M
Fitness; Zumba; Total Body; Flexibility			
Zumba	Martedì h.20,30	Iskra	1,00
Zumba Mattina	Lunedì h 9,30	Francesca	1,00
Total Body	Giovedì h 20,20	Lucrezia	1,00
Flexibility	Venerdì h 19,00		1,00
Danza Aerea - Body Flying; Pole Dance; Cerchio aereo			
Pole Dance e Exotic	Lunedì h 18,45 h 19,45 - h 20,45 - e Pole Exotic h 21,45	Camilla	1,00
Pole Dance	Martedì h 18,15 h 19,15 h 20,15 21,15	Silvia	1,00
Pole Dance	Mercoledì 19,15 h 20,15 h 21,15	Camilla	1,00
Pole Dance	Giovedì h 19,15 h 20,15 h 21,15	Camilla	1,00
Pole dance	Sabato h 10,00 - h 11,00	Melania	1,00
Cerchio Aereo	Venerdì h 17,00 - 18,00 - 19,00	Lucrezia	1,00
Body Flying	Venerdì h 20,00 - h 21,00	Lucrezia	1,00
Danze Caraibiche			
Salsa + Bachata Principianti	Giovedì h 20,30	Erica	1,15
Sasa base 2	Lunedì h. 20,30	Erica	1,00
Bachata Base 2	Lunedì h. 21,30	Erica	0,45
Salsa Interm.	Lunedì h 22,15	Erica	1,00
Lady Style Choreographic	Giovedì h 21,45	Erica	1,00

I corsi Settore Danza Area Fitness terminano al 30/6/26.

A Luglio l'attività prosegue in funzione delle adesioni e si pagherà un forfait rispetto alle lezioni scelte

- Gli orari potranno subire delle variazioni

**** 1 h = 55 minuti**

Per orari **settore DANZA** consulta altro orario e chiama/scrivi x poter scegliere lo stile e livello adatto