

AVD.173

AVD. 173

AVD DE Lugo 173 Santiago.

www.AVD173.com

881 162 378

IB URBAN DANCE STUDIO: info@ibdancestudio.es

STAR BEN PILATES: info@centrostarben.es

Consulta as nosas páxinas de Instagram e facebook

LUNS			MARTES			MERCORES			XOVES			VENRES					
1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3			
	A D E S T R A M E N T O P E R S O A L	PILATES 10:00-10:50	IOGA (Ester) 10:00- 11:00	A D E S T R A M E N T O P E R S O A L	COMBAT 10:00-10:50		A D E S T R A M E N T O P E R S O A L	PILATES 10:00-10:50		A D E S T R A M E N T O P E R S O A L			A D E S T R A M E N T O P E R S O A L	CARDIO TONO 9:30-10:20			
						MID-LINE 11:00:11:30										ESTIRAMENTOS 10:30-11:20	
		ACROBACIAS NENOS 17:00- 17:45				PILATES 17:00-17:50					COREOGRAFÍA 17:00-17:50			PILATES 17:00-17:50			
URBANO NENOS 18:00-18:45								URBANO NENOS 18:00-18:45				COREOGRAFÍA 18:00-18:50				RETO FISICO 18:00-19:00	
URBANO 3 19:00-20:15		URBANO 1 19:00-20:15	URBANO 2 19:00-20:15			PILATES 19:30-20:20		NOVA FORMACION 19:00-19:45				NOVA FORMACION 19:00-19:50			PILATES 19:30-20:20		
URBANO 4 20:30-22:15		PILATES SUSPENSION 20:30-21:20	IOGA (Ester) 20:30-21:30			PILATES 20:30-21:20		NOVA FORMACION 20:00-20:45				PILATES SUSPENSION 20:30-21:20			PILATES 20:30-21:20		
		PILATES 21:30-22:20				PILATES 21:30-22:20						PILATES 21:30-22:20			PILATES 21:30-22:20		

Para formar parte dos programas de coaching e mentoring e os específicos para artistas contactar por wasap no número 617258955 (Iria) , poñerse en contacto contigo o antes posible.

AVD173 : IB Urban dance studio, Centro Starben, Entreno persoal, Coaching