

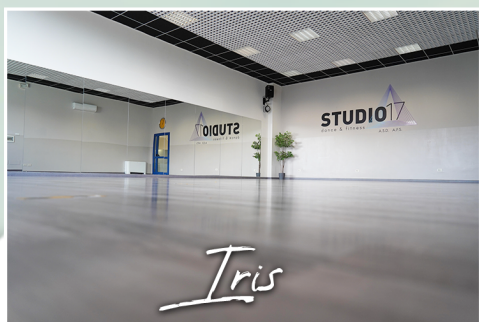
LE NOSTRE SALE



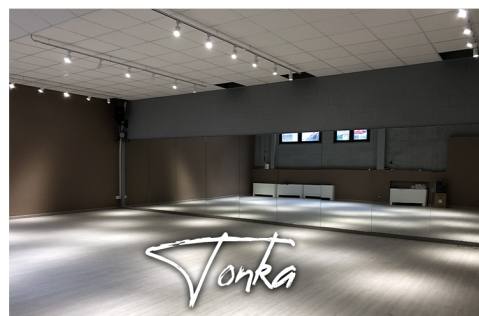
Ambra



Fitness



Iris



Tonka

PER INFO & CONTATTI:

Mail: info@studiodiciassette.com
Telefono: 347 9980688 - 349 1746561

COME PRENOTARE ONLINE:

Scarica L'APP "YOUFEEL" → 

Registrati

Ricerca STUDIO 17

Seleziona e prenota la tua lezione

ALTRE SEDI:

Solbiate Arno - Piazza Madonnina, 2

VIA GUIDO ROSSA, 17
20024 GARBAGNATE MILANESE

www.studiodiciassette.com

 [studio.diciassette](https://www.instagram.com/studio.diciassette)  [studiodicia7](https://www.facebook.com/studiodicia7)



RIPARTIAMO IN SICUREZZA

IN CONFORMITÀ CON IL DPCM

STUDIO17
dance & fitness 
A.S.D. A.P.S.

STUDIO17
dance & fitness 
A.S.D. A.P.S.

LUNEDÌ

- 07:00 WARM-UP CARDIO
- 09:50 GINNASTICA DOLCE
- 10:00 X-MAN TABATA WORK OUT
- 12:30 TRANSFORMER
- ▲ 17:30 ALLENAMENTO FUNZIONALE
- 18:00 LATIN TEEN
- 18:00 DANZE COREOGRAFICHE
- 18:30 REGGAETTON TEEN
- ▲ 18:30 HIIT/ SIX PACK
- 18:30 POPPING
- 19:00 ALLENAMENTO LATINO AMERICANO
- 19:30 REGGAETTON ADULTI
- 19:30 YOGA
- 19:30 DANZA DEL VENTRE BASE
- ▲ 19:30 ALLENAMENTO FUNZIONALE
- 20:30 COUNTRY BASE
- 20:30 BOOGIE-WOOGIE BASE
- 20:30 SALSA/BACHATA BASE 2
- 21:30 COUNTRY INTERMEDIO
- 21:30 BOOGIE-WOOGIE INTERMEDIO
- 21:30 SALSA/BACHATA PRIMI PASSI

MARTEDÌ

- 08:50 GINNASTICA POSTURALE
- 09:00 FLYBOARD
- 10:00 BAMBOO
- 10:00 TRANSFORMER
- 12:30 X-MAN TABATA WORK OUT
- 17:00 POLE DANCE
- 17:00 GIOCO DANZA
- 17:30 VIDEO DANCE
- 18:00 POLE DANCE
- 18:00 PROPEDEUTICA
- 18:30 VIDEO DANCE
- ▲ 18:30 CARDIO BODYTONIC
- 19:00 CONTORSION
- 19:15 DANZA DEL VENTRE INTERMEDIO
- 19:30 TUKKY
- 19:30 BOXE OPEN
- 19:45 FLYBOARD
- 20:00 POLE DANCE
- ▲ 20:30 TABATA - HIIT
- 20:30 SALSA/BACHATA AVANZATO
- 20:30 SUPERGAG
- 20:30 BOXE
- 21:00 SALSA CUBANA BASE
- 21:15 DANCE FUSION
- 21:30 SALSA/BACHATA INTERMEDIO

MERCOLEDÌ

- 07:00 WARM-UP CARDIO
- 09:50 GINNASTICA DOLCE
- 10:00 X-MAN- TABATA WORK OUT
- 12:30 TRANSFORMER
- 17:00 LATIN BABY
- 17:00 DANZA MODERNA JUNIOR (8/10 ANNI)
- ▲ 17:30 ALLENAMENTO FUNZIONALE
- 18:00 LATIN TEEN
- 18:00 DANZE COREOGRAFICHE
- ▲ 18:30 ZUMBA
- 18:30 DANZA MODERNA TEEN (11/13 ANNI)
- ▲ 18:30 HIIT/ GAG
- 19:30 YOGA
- ▲ 19:30 ALLENAMENTO FUNZIONALE
- 20:30 BACHATA DOMINICANA BASE
- 20:30 BALLI DI GRUPPO AVANZATO
- 20:30 COUNTRY AVANZATO
- 21:30 BACHATA DOMINICANA INTERMEDIO/AVANZATO
- 21:30 BALLI DI GRUPPO BASE
- 21:30 SALSA/BACHATA PRIMI PASSI
- 21:30 ALLENAMENTO LATINO AMERICANO

GIOVEDÌ

- 09:00 FLYBOARD
- 10:00 TRANSFORMER
- 12:30 X-MAN TABATA WORK OUT
- ▲ 17:30 HIIT/ SIX PACK
- 17:30 DANZA CLASSICA (9/11 anni)
- 18:30 DANZA CLASSICA (dai 12 anni)
- ▲ 18:30 ALLENAMENTO FUNZIONALE
- 19:00 CONTEMPORANEO/ FLOOR WORK
- 19:30 BOXE OPEN
- 20:00 FLYBOARD
- 20:00 HEELS/TWERK
- 20:00 SALSA/BACHATA INTERMEDIO
- 20:00 GESTUALITÀ FEMMINILE
- 20:30 BOXE
- 21:00 SALSA/BACHATA AVANZATO
- 21:30 TANGO ARGENTINO
- 21:00 SALSA/BACHATA BASE 2

VENERDÌ

- 07:00 WARM-UP CARDIO
- 08:50 GINNASTICA POSTURALE
- 10:00 X-MAN TABATA WORK OUT
- 12:30 TRANSFORMER
- 17:00 POLE DANCE
- 17:00 HIP HOP JUNIOR
- 18:00 POLE DANCE
- 18:00 HIP HOP TEEN
- ▲ 18:00 CARDIOBOXE
- ▲ 18:30 ZUMBA
- 18:30 BREAK DANCE
- 19:00 CONTORSION
- 19:00 HIP HOP ADULTI
- ▲ 19:00 CARDIOTONIC
- 19:30 TUKKY
- 19:30 GINNASTICA POSTURALE
- 20:00 POLE DANCE
- 20:00 ALLENAMENTO LATINO AMERICANO
- 20:30 SUPERGAG
- 21:30 LISCIO OPEN
- 21:30 BACHATA FUSION

SABATO

- 11:00 FUCTIONAL TOTAL BODY
- ▲ 14:00 STEP CARDIOBOXE
- 15:00 SALSA/BACHATA PRIMI PASSI (su prenotazione)
- 15:00 SALSA/BACHATA BASE 2 (su prenotazione)
- 16:00 SALSA/BACHATA INTERMEDIO (su prenotazione)

LEGENDA

FITNESS

DANCE

DANCE JUNIOR

● OPEN FITNESS MATTINO

▲ OPEN FITNESS POMERIGGIO

STUDIO17
dance & fitness

A.S.D. A.P.S.

Inquadra il QR Code e scarica
la nostra programmazione

