|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | **Lunedì** | **Martedì** | **Mercoledì** | **Giovedì** | **Venerdì** | **Sabato** | **Domenica** |
| **Bambini** | **Attivazione quotidiana** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Resistenza** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Mobilità** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Forza** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Coordinazione** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Giochi** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Rilassamento** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Bambini** | **Relax quotidiano** |  |  |  |  |  |  |  |
| **Giovani, adulti, seniori** |  |  |  |  |  |  |  |