



YOGA, PILATES & FITNESS

CORSI RICONOSCIUTI
DALLA CASSA MALATI



LIFEAREA SUMMER WEEKS

DAL 15 AL 26 GIUGNO 2026

ISCRIVITI ENTRO IL 31.05.2026

LUNEDÌ

09.00 BODY TONE
10.30 FLEXIBILITY
~~18.00 PILATES MACCHINE~~
19.00 PILATES MAT

MARTEDÌ

09.00 PILATES MACCHINE
10.00 PILATES MACCHINE
18.00 ADDOMINALI E STRETCH
19.00 BODY TONE

MERCOLEDÌ

09.30 FLEXIBILITY
10.30 HATHA YOGA
19.00 VINYASA FLOW
20.00 FLEXIBILITY

GIOVEDÌ

09.30 PILATES MAT
~~10.30 PILATES MACCHINE~~
~~18.00 PILATES MACCHINE~~
18.00 HATHA VINYASA
19.00 FLEXY & NIDRA

VENERDÌ

09.15 HATHA VINYASA
10.30 FLEXIBILITY
12.15 FLEXIBILITY

CORSI DI GRUPPO

- 1 CORSO CHF 25.-
- 2 CORSI CHF 45.-
- 3 CORSI CHF 63.-
- 4 CORSI CHF 80.-

PILATES MACCHINE

SMALL GROUP MAX 4 PERSONE

- 1 LEZIONE CHF 40.-
- 2 LEZIONI CHF 75.-
- 3 LEZIONI CHF 105.-

NOME E COGNOME

TEL

INDIRIZZO

E-MAIL

GIORNI E ORARI SCELTI

DATA E LUOGO / FIRMA



LIFEAREA CONCEPT

+41 91 923 68 68

INFO@LIFEAREA.CH

WWW.LIFEAREA.CH



CI TROVIAMO A
SORENGO
SOPRA LA LIDL