



Accademia del Ben-Essere

Trainig & lifestyle

Calendario 2021

Gennaio	Febbraio	Marzo	Aprile	Maggio	Giugno	Luglio	Agosto	Settembre	Ottobre	Novembre	Dicembre
1 V	1 L	1 L	1 G	1 S	1 M	1 G	1 D	1 M	1 V	1 L	1 M
2 S	2 M	2 M	2 V	2 D	2 M	2 V	2 L	2 G	2 S	2 M	2 G
3 D	3 M	3 M	3 S	3 L	3 G	3 S	3 M	3 V	3 D	3 M	3 V
4 L	4 G	4 G	4 D	4 M	4 V	4 D	4 M	4 S	4 L	4 G	4 S
5 M	5 V	5 V	5 L	5 M	5 S	5 L	5 G	5 D	5 M	5 V	5 D
6 M	6 S	6 S	6 M	6 G	6 D	6 M	6 V	6 L	6 M	6 S	6 L
7 G	7 D	7 D	7 M	7 V	7 L	7 M	7 S	7 M	7 G	7 D	7 M
8 V	8 L	8 L	8 G	8 S	8 M	8 G	8 D	8 M	8 V	8 L	8 M
9 S	9 M	9 M	9 V	9 D	9 M	9 V	9 L	9 G	9 S	9 M	9 G
10 D	10 M	10 M	10 S	10 L	10 G	10 S	10 M	10 V	10 D	10 M	10 V
11 L	11 G	11 G	11 D	11 M	11 V	11 D	11 M	11 S	11 L	11 G	11 S
12 M	12 V	12 V	12 L	12 M	12 S	12 L	12 G	12 D	12 M	12 V	12 D
13 M	13 S	13 S	13 M	13 G	13 D	13 M	13 V	13 L	13 M	13 S	13 L
14 G	14 D	14 D	14 M	14 V	14 L	14 M	14 S	14 M	14 G	14 D	14 M
15 V	15 L	15 L	15 G	15 S	15 M	15 G	15 D	15 M	15 V	15 L	15 M
16 S	16 M	16 M	16 V	16 D	16 M	16 V	16 L	16 G	16 S	16 M	16 G
17 D	17 M	17 M	17 S	17 L	17 G	17 S	17 M	17 V	17 D	17 M	17 V
18 L	18 G	18 G	18 D	18 M	18 V	18 D	18 M	18 S	18 L	18 G	18 S
19 M	19 V	19 V	19 L	19 M	19 S	19 L	19 G	19 D	19 M	19 V	19 D
20 M	20 S	20 S	20 M	20 G	20 D	20 M	20 V	20 L	20 M	20 S	20 L
21 G	21 D	21 D	21 M	21 V	21 L	21 M	21 S	21 M	21 G	21 D	21 M
22 V	22 L	22 L	22 G	22 S	22 M	22 G	22 D	22 M	22 V	22 L	22 M
23 S	23 M	23 M	23 V	23 D	23 M	23 V	23 L	23 G	23 S	23 M	23 G
24 D	24 M	24 M	24 S	24 L	24 G	24 S	24 M	24 V	24 D	24 M	24 V
25 L	25 G	25 G	25 D	25 M	25 V	25 D	25 M	25 S	25 L	25 G	25 S
26 M	26 V	26 V	26 L	26 M	26 S	26 L	26 G	26 D	26 M	26 V	26 D
27 M	27 S	27 S	27 M	27 G	27 D	27 M	27 V	27 L	27 M	27 S	27 L
28 G	28 D	28 D	28 M	28 V	28 L	28 M	28 S	28 M	28 G	28 D	28 M
29 V		29 L	29 G	29 S	29 M	29 G	29 D	29 M	29 V	29 L	29 M
30 S		30 M	30 V	30 D	30 M	30 V	30 L	30 G	30 S	30 M	30 G
31 D		31 M		31 L		31 S	31 M		31 D		31 V

Gennaio 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
28	29	30	31	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



Febbraio 2021

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

www.accademiadelben-essere.it

Marzo 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	1	2	3	4

Aprile 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2

Maggio 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

Giugno 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

Luglio 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1

Agosto 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31	1	2	3	4	5

Settembre 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

Ottobre 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Novembre 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

Dicembre 2021



Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato	Domenica
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2



Accademia del Ben-Essere

Training & Lifestyle

MESE / MONTH		SETTIMANA / WEEK			
LUNEDÌ MONDAY	MARTEDÌ TUESDAY	MERCOLEDÌ WEDNESDAY	GIOVEDÌ THURSDAY	VENERDÌ FRIDAY	SABATO SATURDAY
8	8	8	8	8	8
9	9	9	9	9	9
10	10	10	10	10	10
11	11	11	11	11	11
12	12	12	12	12	12
13	13	13	13	13	13
14	14	14	14	14	14
15	15	15	15	15	DOMENICA SUNDAY
16	16	16	16	16	
17	17	17	17	17	
18	18	18	18	18	
19	19	19	19	19	
MEMORANDUM / VERY IMPORTANT	MEMORANDUM / VERY IMPORTANT	MEMORANDUM / VERY IMPORTANT	MEMORANDUM / VERY IMPORTANT	MEMORANDUM / VERY IMPORTANT	MEMORANDUM / VERY IMPORTANT

