

Sala Blu

ATTIVITA' SPORTIVA GINNASTICA FINALIZZATA AL FITNESS



PLANNING VALIDO DAL 1 GIUGNO 2021

**TUTTI I CORSI IN OTTEMPERANZA ALLE
DISPOSIZIONI DI EMERGENZA
COVID-19 FINO A NUOVE DISPOSIZIONI
VANNO SEMPRE PRENOTATI
(piattaforma e telefono)**

PER INFO E PRENOTAZIONI:



LUNEDÌ	9.30 TONIFICAZIONE Giusy			18.00 GAG	
MARTEDÌ				18.00 CROSS TIME Alessio	19.00 TRX Alessio
MERCOLEDÌ	9,45 TONIFICAZIONE Giusy			18.00 SIMIL PILATES Donatella	
GIOVEDÌ		13.00 FUNZIONALE Lorenza			
VENERDÌ		13.00 SIMIL PILATES Alessandra		18.00 POWER PUMP Alessio	19.00 FIT BOXE Alessio

Sala Gialla

LUNEDÌ		19.00 SIMIL YOGA Alessandra	20.00 SIMIL YOGA Alessandra
MARTEDÌ			
MERCOLEDÌ		19.00 TOTAL BODY Giusy	
GIOVEDÌ	18.00 SIMIL YOGA Serena		
VENERDÌ			

Sala Spinning

LUNEDÌ		NOVITÀ 18.00 WALKING Roby	19.00 SPINNING Roby
MARTEDÌ	NOVITÀ 13.00 WALKING Alessio		
MERCOLEDÌ		18.00 SPINNING Roby	NOVITÀ 19.00 WALKING Roby
GIOVEDÌ			
VENERDÌ			NOVITÀ 19.00 WALKING Roby

LEGENDA

- GINNASTICA FINALIZZATA AL FITNESS YOGA O PILATES
- NOVI** NUOVI CORSI INSERITI NELL'ANNO 2021