

ORARIO CORSI FITNESS ----- Prenotazioni e disdette corsi al numero 3938828278



	LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ	SABATO
	SOPRA	SOTTO	SOPRA	SOTTO	SOPRA	SOTTO	SOPRA	SOTTO	SOPRA	SOPRA
08:00			TOTAL BODY						TOTAL BODY	YOGA*
08:30			08:15-09:00						08:15-09:00	08:15-09:15
09:00			PILATES BASE						PILATES AVAN	
09:30			09:00-10:00						09:00-10:00	
10:00										
10:30										SPINNING
11:00										10:30 - 11:20
12:40			PILATES INT				PILATES INT			
13:30			12:40-13:30				12:40-13:30			
16:30										
17:00			PILATES INT/AV				PILATES INT/AV			
17:30	FUNCTIONAL		17:15 -18:05		FUNCTIONAL		17:15 -18:05		FUNCTIONAL	
18:00	17:40-18:30		PILATES BASE		17:40-18:30		PILATES BASE		17:40-18:30	
18:30	FUNCTIONAL		18:10-19:00	TOTAL ACTIVE	FUNCTIONAL		18:10 -19:00	CARDIO CROSS	FUNCTIONAL	
19:00	18:30-19:20		PILATES BARRE	18:20-19:10	18:30-19:20		PILATES INT	18:20-19:10	18:30-19:20	
19:30	SPINNING	FUNCTIONAL	19:00-20:00	TOTAL ACTIVE	SPINNING	FUNCTIONAL	19:05-19:55	CARDIO CROSS		
20:00	19:30-20:20	19:30-20:20	PILATES+STR	19:10-20:00	19:30-20:20		SPINNING	19:10-20:00		
20:30			20:00-20:50				20:00-20:50			
21:00										
21:30										

*lezione disponibile solo con abbonamento dedicato