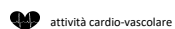


CORSI OPEN

CORSI OPEN SU PRENOTAZIONE

	LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO
07:00	ALL FUNZIONALE FULVIO								ALL FUNZIONALE FABIO	
09:00	GAS ANDREA			PILATES BARBARA						YOGA ANTONELLA
09:30										
09:45										
10:30										
11:00										
11:30										
13:00	FUNCTIONAL STEP ISABELLA			POSTURAL GYM BARBARA	ALL FUNZIONALE FABIO		ALL FUNZIONALE FULVIO		CIRCUIT TRAINING ISABELLA	
13:30										
14:00										
14:30										
15:00										
16:00										
16:30										
17:00										
17:30	ZUMBA MANUELA							CIRCUIT TRAINING FULVIO		
18:00		GAG PILATES MONICA B.	CIRCUIT TRAINING FABIO							
18:30	GAG ANDREA				CARDIO DANCE VALENTINA M.		GAG ANDREA		WORKOUT EXTREME ANDREA	
19:00			PILATES PAOLA							
19:30										
20:00			ENERGY BOXE PAOLA							
20:30	ALL FUNZIONALE FULVIO				ALL FUNZIONALE FULVIO		ALL FUNZIONALE ANDREA			
21:30										



attività cardio-vascolare



attività funzionale



attività di tonificazione



attività corpo e mente

Orario di apertura Palestra Technogym dal Lunedì al Venerdì 7:00 - 22:00 Sabato 9:00 - 18:00 Domenica 10:00 - 18:00

Orario di apertura Reception dal Lunedì al Venerdì 9:30 - 13:30 e 16:30 - 20:30 Sabato 9:00 - 12:00

www.gimisportclub.it

GIMI SPORT CLUB si riserva di modificare i corsi e gli orari secondo necessità