

















CORSI OPEN

CORSI OPEN SU PRENOTAZIONE

	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO	
	CORSI SOSPESI		SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO
07:00							ALL. FUNZIONALE FABIO 			
09:00				STRETCH FLEX MARY 	GAG ANDREA 			YOGA ANTONELLA 		
09:30										
09:45										
10:30										
11:00									ALL. FUNZIONALE FABIO 	
11:30										
13:00			ALL. FUNZIONALE ISABELLA 		ALL. FUNZIONALE FULVIO 		CIRCUIT TRAINING FABIO 			
13:30										
14:00										
14:30										
15:00										
16:00										
16:30										
17:00										
17:30					CIRCUIT TRAINING FULVIO 					
18:00						GAG PILATES MONICA B. 				
18:30			CARDIO DANCE VALENTINA M. 		GAG ANDREA 		WORKOUT EXTREME ANDREA 			
19:00										
19:30			STRETCH & TONE VALENTINA M. 							
20:00										
20:30			ALL. FUNZIONALE FULVIO 		ALL. FUNZIONALE ANDREA 					
21:30										

