












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
7:00										
9:00										
9:15										
9:30										
10:00										
10:15										
10:30										
11:00										
12:00										
13:00				POSTURAL FIT BARBARA 			GAG PILATES BARBARA 			
14:00										
15:00										
16:00										
17:00										
17:30										
18:00					FIT KOMBAT ELENA 					
18:15										
18:30						STRETCH FLEX MARY	GAG ANDREA 		WORKOUT EXTREME ANDREA 	
19:00		ALL. FUNZIONALE ELENA 								
19:15										
19:30										
20:00										
20:30										
21:30	LIBERO dalle 21.00	LIBERO dalle 19.30	LIBERO dalle 20.00	LIBERO dalle 14	LIBERO dalle 20.00	LIBERO dalle 19.30	LIBERO dalle 20.30	LIBERO dalle 18.00	LIBERO dalle 19.30	LIBERO

 attività cardio-vascolare

 attività funzionale

 attività di tonificazione

 attività corpo e mente

GIMI SPORT CLUB si riserva di modificare i corsi e gli orari secondo necessità. I CORSI si terranno con un minimo di 3 PARTECIPANTI SOLO SU PRENOTAZIONE