


























**CORSI OPEN SALA 1 e SALA 3**

	LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'		SABATO	
	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO	SALA FITNESS	SALA EQUILIBRIO
7:00												
9:00	GAS 5.9.2022 			PILATES MATWORI BARBARA 		STRETCH FLEX dal 7.9.2022 	TOTAL BODY ANDREA 			YOGA dal 9.9.2022 		
9:15												
9:30												
10:00												
10:15												
10:30												
11:00											ALL. FUNZIONALE dal 17.9.2022 	
12:00												
13:00	TOTAL BODY VITO 			POSTURAL FIT BARBARA 				GAG PILATES BARBARA 				
14:00												
15:00												
16:00												
17:00									YOGA dal 8.9.2022 			
17:30												
18:00			CARDIO & TONE 6.9.2022 		ALL. FUNZIONALE DANIEK 			FIT KOMBAT ELENA DALL 				
18:15		PILATES FLOW MONICA 										
18:30	GAG ANDREA 									WORKOUT EXTREME ANDREA 		
19:00			ALL. FUNZIONALE ELENA DAINI 		FITNESS DANCE 7.9.2022 	MOBILITY DANIEK 	GAG ANDREA 					
19:15												
19:30												
20:00								ALL. FUNZIONALE ELENA DALLA 				
20:30	ALL. FUNZIONALE ELENA DAINI 											
21:30												

 attività cardio-vascolare

 tività 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 e con un MASSIMO di 22 SOLO SU PRENOTAZIONE**