

Programma terza edizione "On the lake 2016"

| Orario | Corso |
|---------------|-------------------------------|
| 10.00 – 10.30 | Pilates |
| 10.30 – 11.00 | Panca |
| 11.00 – 11.30 | Body Attack |
| 11.30 – 12.00 | Cycling |
| 12.15 – 13.00 | Dimostrazione All. Funzionale |
| | |
| 14.30 – 15.00 | Dimostrazione Kendo |
| 15.00 – 15.30 | Body Balance |
| 15.30 – 16.00 | Body Pump |
| 16.00 – 16.30 | Cx |
| 16.30 – 17.00 | Body Combat |
| 17.00 – 17.30 | Allenamento Funzionale |
| 17.30 – 18.00 | Boxe / kick Boxing |
| 18.00 – 18.30 | Striding |
| 18.30 – 19.00 | Estrazione Premi |
| 19.00 – 19.30 | Jump |
| 19:30 – 21.00 | F. Burlesque - Zumba |
| | |

