

VALIDO DAL 10 GENNAIO 2022



LUNEDÌ

PILATES

9.30 - 10.15

PANCAFIT

10.15 - 11.00

BODY PUMP

13.00 - 14.00

POSTURALE

14.30 - 15.15

PANCAFIT

15.15 - 16.00

ATTACK

18.15 - 19.15

BOXE

18.30 - 20.30

BODY PUMP

19.15 - 20.00

MARTEDÌ

WORK OUT

11.00 - 11.45

CHALLENGE RIDE

13.00 - 14.00

STEP TONE

18.15 - 19.15

BODY COMBAT

19.30 - 20.30

KICK BOXING

19.00 - 20.30

MERCOLEDÌ

GAG

18.15 - 19.15

**SPARTAN CIRCUIT
TRAINING**

18.30 - 19.30

BOXE

18.30 - 20.30

CYCLING

19.15 - 20.00

GIOVEDÌ

PILATES

9.30 - 10.15

TRX

10.30 - 11.15

BODY PUMP

13.00 - 14.00

BODY PUMP

18.30 - 19.30

KICK BOXING

19.00 - 20.30

BODY COMBAT

19.30 - 20.30

VENERDÌ

CHALLENGE RIDE

11.00 - 12.00

CYCLING

12.45 - 13.45

POSTURALE

14.30 - 15.15

PANCAFIT

15.15 - 16.00

FIT BOXE

18.00 - 19.00

BOXE

19 - 20.30

SABATO

BODY PUMP

10.00 - 11.00

Ricordiamo che il numero minimo dei partecipanti per l'attivazione al corso è di 2 persone e che la prenotazione è obbligatoria per motivi organizzativi; qualora il corso non venisse effettuato e sostituito saranno debitamente avvisate le persone iscritte al corso in oggetto.