

# PLANNING - VALIDO DAL 5 SETTEMBRE 2022



LUNEDÌ

**PILATES**

9:30 - 10:15

**PANCAFIT**

10:15 - 11:00

**BODY PUMP**

12:45 - 13:45

**POSTURALE**

14:15 - 15:00

**PANCAFIT**

15:00 - 15:45

**ATTACK**

18:15 - 19:15

**BOXE**

18:30 - 20:30

**CORE**

19:15 - 19:45

MARTEDÌ

**POWER GAG**

10:00 - 10:45

**TRX**

13:00 - 13:45

**BODY PUMP**

18:15 - 19:15

**BODY COMBAT**

19:15 - 20:00

MERCOLEDÌ

**CHALLENGE**

**RIDE**

10:00 - 11:00

**STEP TONE**

18:15 - 19:15

**SPARTAN CIRCUIT**

**TRAINING**

18:30 - 19:30

**BOXE**

18:30 - 20:30

**CYCLING**

19:15 - 20:30

GIOVEDÌ

**PILATES**

9:30 - 10:15

**TRX**

10:30 - 11:15

**BODY PUMP**

13:00 - 14:00

**BODY PUMP**

18:30 - 19:30

VENERDÌ

**CYCLING**

12:45 - 13:45

**POSTURALE**

14:15 - 15:00

**PANCAFIT**

15:00 - 15:45

**GRITT**

18:15 - 18:45

**BOXE**

18:30 - 20:30

SABATO

**BODY PUMP**

10:00 - 11:00

Ricordiamo che il numero minimo di partecipanti per l'attivazione del corso è di 3 persone e che la prenotazione è obbligatoria per motivi organizzativi: qualora il corso non venisse effettuato o sostituito saranno debitamente avvisate le persone iscritte al corso in oggetto.