

# PLANNING - VALIDO DAL 16 NOVEMBRE 2022



LUNEDÌ

## PILATES

9:30 - 10:15

## PANCAFIT

10:15 - 11:00

## POWER GAG

12:45 - 13:30

## PANCAFIT

14:15 - 15:00

## POSTURALE

15:00 - 15:45

## PANCAFIT

15:45 - 16:30

## ATTACK

18:15 - 19:15

## BOXE

18:30 - 20:30

## CORE

19:15 - 19:45

MARTEDÌ

## BODY PUMP

12:45 - 13:45

## POWER YOGA

17:15 - 18:15

## 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 - 20:15

GIOVEDÌ

## PILATES

9:30 - 10:15

## TRX

10:30 - 11:15

## BODY PUMP

13:00 - 14:00

## POWER YOGA

17:15 - 18:15

## BODY PUMP

18:30 - 19:30

VENERDÌ

## CYCLING

12:45 - 13:45

## PANCAFIT

14:15 - 15:00

## POSTURALE

15:00 - 15:45

## PANCAFIT

15:45 - 16:30

## GRITT

18:30 - 19:00

## BOXE

18:30 - 20:30

SABATO

## BODY PUMP

10:00 - 11:00