

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.

SETTEMBRE 2023

LUNEDÌ
MARTEDÌ
MERCOLEDÌ
GIOVEDÌ
VENERDÌ
SABATO
PANCAFIT
 10:15 - 11:00

PILATES
 9:30 - 10:15

**CHALLENGE
RIDE**
 10:15 - 11:15

YOGA
 10:45 - 12:00
 Dal 4 ottobre

PILATES
 9:30 - 10:15

TRX
 10:30 - 11:15

**BODY
PUMP**
 10:00 - 11:00

**INTERVAL
TRAINING**
 12:45 - 13:45

A.P.
 12:45 - 13:45

**BODY
PUMP**
 13:00 - 14:00

CYCLING
 12:45 - 13:45


 CORSI POSTURALI

POSTURALE
 14:30 - 15:15

PANCAFIT
 15:15 - 16:00

**POWER
YOGA**
 17:30 - 18:30

KARATE
 18:00 - 19:00
 Dal 13 settembre

STEP TONE
 18:15 - 19:15

**POWER
YOGA**
 17:30 - 18:30

CALISTHENICS
 18:00 - 19:00
 Dal 21 settembre

POSTURALE
 14:30 - 15:15

PANCAFIT
 15:15 - 16:00


 SPORT DI
COMBATTIMENTO

JUDO
 16:45 - 20:30
 Dal 14 settembre

ATTACK
 18:15 - 19:15

BOXE
 18:30 - 20:30

BODY PUMP
 18:30 - 19:30

**BODY
COMBAT**
 19:30 - 20:30

JUDO
 17:00 - 20:30
 Dal 14 settembre

CYCLING
 19:15 - 20:15

**FUNCTIONAL
TRAINING**
 19:00 - 20:00

BOXE
 18:30 - 20:30

BODY PUMP
 18:30 - 19:30

**BOXE
agonisti**
 18:30 - 20:30

JUDO
 16:45 - 20:30
 Dal 14 settembre

GRITT
 18:30 - 19:00

BOXE
 18:30 - 20:30

JUDO
 17:00 - 20:30
 Dal 14 settembre


 CORSI FITNESS


 CORSI EXTRA EMOTION