

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.

OTTOBRE 2023



LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

SABATO

PILATES

9:30 - 10:15

PANCAFIT

10:15 - 11:00

CHALLENGE

RIDE

10:15 - 11:15

YOGA

10:45 - 12:00

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

PANCAFIT

14:30 - 15:15

POSTURALE

15:15 - 16:00

POWER

YOGA

17:30 - 18:30

POWER

YOGA

17:30 - 18:30

PANCAFIT

14:30 - 15:15

POSTURALE

15:15 - 16:00



SPORT DI
COMBATTIMENTO

PANCAFIT

16:00 - 16:45

KARATE

18:00 - 19:00

STEP TONE

18:15 - 19:15

CALISTHENICS

18:00 - 19:00

PANCAFIT

16:00 - 16:45



CORSI FITNESS

JUDO

16:45 - 20:30

ATTACK

18:15 - 19:15

BODY PUMP

18:30 - 19:30

JUDO

17:00 - 20:30

CYCLING

19:15 - 20:15

FUNCTIONAL

TRAINING

19:00 - 20:00

BODY PUMP

18:30 - 19:30

JUDO

16:45 - 20:30

GRITT

18:30 - 19:00

JUDO

17:00 - 20:30



CORSI EXTRA EMOTION

BOXE

18:30 - 20:30

BODY

COMBAT

19:30 - 20:30

BOXE

18:30 - 20:30

BOXE

agonisti
18:30 - 20:30

BOXE

18:30 - 20:30