

CORSI IN PROGRAMMA DAL
04/09/2023 al 31/07/2024

PLANNING CORSI

CORSI IN PROGRAMMA DAL
04/09/2023 al 30/06/2024

LUNEDI'		MARTEDI'		MERCOLEDI'		GIOVEDI'		VENERDI'	
9.10	DOLCE					9.10	DOLCE		
10.00	DANIELE					10.00	DANIELE		
10.00	DOLCE	10.00	TOTAL BODY			10.00	DOLCE	10.00	TOTAL BODY
10.50	DANIELE	10.50	SILVIA			10.50	DANIELE	10.50	KENDRA
10.50	DOLCE	10.50	DOLCE	10.30	PILATES	10.50	DOLCE	10.50	DOLCE
11.40	DANIELE	11.40	SILVIA	11.20	SERENA	11.40	DANIELE	11.40	KENDRA
11.40	MEDICA			11.20	PILATES	11.40	MEDICA		
12.30	DANIELE			12.10	SERENA	12.30	DANIELE		
13.00	TOTAL BODY	13.00	POSTURAL TONE	13.00	ACTIVE PILATES	13.00	TOTAL BODY	13.00	ZUMBA
14.00	SILVIA	14.00	SILVIA	14.00	GHIRMA	14.00	SILVIA	14.00	KENDRA
		17.30	MEDICA					17.30	MEDICA
		18.20	CLAUDIO					18.20	CLAUDIO
18.20	CORPO LIBERO	18.20	TOTAL BODY	18.20	TOTAL BODY	18.20	CORPO LIBERO	18.20	PILATES
19.10	CLAUDIO	19.10	CLAUDIO	19.10	CLAUDIO	19.10	CLAUDIO	19.10	CLAUDIO
19.10	TOTAL BODY	19.10	PILATES	19.10	PILATES	19.10	TOTAL BODY		
20.00	CLAUDIO	20.00	CLAUDIO	20.00	CLAUDIO	20.00	CLAUDIO		
		20.00	INTERVAL TRAINING			20.00	GAG		
		21.00	SILVIA			21.00	SILVIA		

ORARI APERTURA PALESTRA

da LU a VE 8.00 > 21.30
SABATO 10.00 > 19.00
DOMENICA 10.00 > 14.00

All'inizio dei corsi è obbligatorio consegnare un certificato medico di idoneità alla pratica sportiva non agonistica.

ORARI SEGRETERIA

da LU a VE 9.00 > 20.00