

ORARIO SALA CORSI

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
9-10 GIN. DOLCE	9-10. POWER YOGA	9-10 PILATES	9-10 POWER YOGA	9-10 GIN. DOLCE	10,30 FAT BURNING
10-11. TOTAL BODY		10-11 F.Y.F.T.	10,30-11,15 STRAIDING	10-11 MOVIDA	11,30. STRAIDING
13- 14 TRX	13- 14 CIRCUIT CROSS TRAINING	13-14 WALKING END TON	13-14 CIRCUIT CROSS TRAINING		
		13-14 POWER YOGA			
					DOMENICA
17 -18. ZUMBA	17-18 PILATES	17-18 ZUMBA	17-18 CIRCUIT CROSS TRAINING	17-18. WALKING END TON	
	17-18 FAT BURNING				
18-18,45 FAT BURNING	18-19 TRX CIRCUIT T	18-18,45 STEP	18-19. STRAIDING	18-19 FAT BURNING	
18-19 YOGA PILATES	18-19 POWER YOGA	18,45-19,30 FAT BURNING	18-19 PILATES	19-20 STEP	
18,45-19,15 G.A.G.	19-20 CIRCUIT COSS TRAINING	19,30-20 G.A.G.	19-20 POWER YOGA		
19,15- 20 ZUMBA			19-20 FAT BURNING		

ORARIO SALA SPINNING

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
11-12 SPINNING					
		13-14 SPINNING		13-14 SPINNING	
17-18 SPINNING		17-18 SPINNING			
					DOMENICA
	18-19 SPINNING		18-19 SPINNING		11-12 SPINNING
19-20. SPINNING		19-20 SPINNING			

ORARIO SPORT DA COMBATTIMENTO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
	10-11 KICK BOXING				
18-19 BOXING		18-19 BOXING			
	20-21 KICK BOXING		20-21 KICK BOXING		

ORARIO ASHTANGA YOGA

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
				13-14,30 MYSORE	
19-20 CLASSE GUIDATA	19-20,30 CLASSE GUIDATA	19-20 CLASSE GUIDATA			
19-21,30 MYSORE	19-20,30 MYSORE	19-21,30 MYSORE			

LE LEZIONI DI WALKING, .STRAIDING E SPINNING DEVONO ESSERE PRENOTATE IN RECEPTION
 L'ORARIO PUO SUBIRE VARIAZIONI IN ALCUNI PERIODI DELL'ANNO CHE VERRANNO COMUNICATI IN ANTICIPO IN RECEPTION
 L'ORARIO PUO SUBIRE VARIAZIONI DELLE ATTIVITA