

Orari Corsi Fitness | settimana con festività 01/11

Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09.15-10.00 cardio tone		09.00-09.45 tonificazione/funzionale	09.30-10.30 pilates *		
10.00-10.45 roulette training		09.45-10.30 funzionale/hiit			
12.45-13.30 walking		12.45-13.30 hiit			
17.45-18.30 hiit	17.30-18.30 pilates *		18.00-19.00 pilates *		
18.30-19.15 fit boxe	18.30-19.30 pilates *		19.00-20.00 pilates *		
19.15-20.00 power bound	18.30-19.30 spartan system basic	18.15-19.00 fly gym (2 volte al mese)	19.00-20.00 spartan system basic		
	19.30-20.30 spartan system	19.00-19.45 power bound/funzionale	20.00-21.00 spartan system		
		19.45-20.30 fly gym/hiit			

*Corsi a pagamento separato

Tutti gli orari potranno essere modificati per necessità organizzative

