

LUNEDÌ 30

ORA	ISTRUTTORE	ATTIVITÀ	SALA
08,30	SILVIA	GYM MUSIC	A/B
13,30	SILVIA	TOTAL BODY	A/B
13,30	PATRIZIA	INDOOR CYCLING (#)	C
13,30	ELISABETTA	STRETCHING	D

LEZIONI CON FORMULA SOLO MATTINA

19,00	SILVIA.	TOTAL BODY	A/B
20,25	PIERPAOLO	PRE-PUGILISTICA	A/B

MARTEDÌ 31

ORA	ISTRUTTORE	ATTIVITÀ	SALA
8,30	ELISABETTA	ARM BODY SCULPT	A/B
9,30	ELISABETTA	STRETCH & TONE	D
13,30	PIERPAOLO	CROSS TRAINING	A/B
13,30	VITO	INDOOR CYCLING (#)	C

LEZIONI CON FORMULA SOLO MATTINA

18,30	MAURIZIO	TOTALBODYWORKOUT	A/B
19,30	PIERPAOLO	CROSS TRAINING	C ESTERNO

MERCOLEDÌ 1

ORA	ISTRUTTORE	ATTIVITÀ	SALA
8,30	SILVIA	GYM MUSIC	A/B
13,30	SILVIA	TOTAL BODY	A/B
13,30	PATRIZIA	INDOOR CYCLING (#)	C
13,30	ELISABETTA	STRETCHING	D

LEZIONI CON FORMULA SOLO MATTINA

19,00	SILVIA	TOTALBODY	A/B
20,25	PIERPAOLO	PRE-PUGILISTICA	A/B

GIOVEDÌ 2

ORA	ISTRUTTORE	ATTIVITÀ	SALA
08,30	ELISABETTA	ARM BODY SCULPT	A/B
09,30	ELISABETTA	STRETCH & TONE	D
13,30	PIERPAOLO	CROSS TRAINING	A/B
13,30	VITO	INDOOR CYCLING (#)	C

LEZIONI CON FORMULA SOLO MATTINA

19,00	SILVIA	TOTAL BODY	A/B
20,25	PIERPAOLO	PRE-PUGILISTICA	A/B

VENERDÌ 3

ORA	ISTRUTTORE	ATTIVITÀ	SALA
08,30	SILVIA	GYM MUSIC	A/B
13,30	SILVIA	TOTAL BODY	A/B
13,30	PATRIZIA	INDOOR CYCLING (#)	C
13,30	ELISABETTA	STRETCHING	D

LEZIONI CON FORMULA SOLO MATTINA

18,30	MAURIZIO	TOTAL BODY WORKOUT	A/B
19,30	PIERPAOLO	CROSS TRAINING	C. ESTERNO

SABATO 4

SOLO ATTIVITÀ LIBERA - SALA PESI & CARDIO

DOMENICA - CHIUSO

BUONE VACANZE!
IL CENTRO RIAPRE LUNEDÌ 27 AGOSTO

PER LE MODALITÀ DI FREQUENZA E L'UTILIZZO DELLE STRUTTURE SI RIMANDA AGLI APPOSITI REGOLAMENTI.

(#) LEZIONI CON PRENOTAZIONE IN CASO DI MANCANZA DI POSTI IN UN DETERMINATO ORARIO IL SOCIO POTRÀ PARTECIPARE AD ALTRA ATTIVITÀ O ATTENDERE UN ORARIO SUCCESSIVO.

A SETTEMBRE, GIUGNO E A LUGLIO IL PIANO ORARIO SARÀ RIDOTTO. LA DIREZIONE SI RISERVA DI EFFETTUARE VARIAZIONI AGLI ORARI E AL PIANO DELLE LEZIONI.

