

CALENDARIO CORSI

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
8:30 / 9:15		Ginnastica Dolce		Ginnastica Dolce	
9:30 / 10:15		Circuit Training (su prenotazione)		Circuit Training (su prenotazione)	Circuit Training (su prenotazione)
12:45 / 13:30	Fitness Funzionale	Pilates Funzionale	Fitness Funzionale	Cardio Fitness	Fitness Funzionale
14:45 / 15:30	Circuit Training (su prenotazione)		Circuit Training (su prenotazione)		Circuit Training (su prenotazione)
17:30 / 18:15		Circuit Training (su prenotazione)		Circuit Training (su prenotazione)	
18:15 / 18:45		Fast workout Gambe & Glutei		Fast workout Addome & Braccia	
19:00 / 19:45		Fitness Funzionale		Fitness Funzionale	
19:45 / 20:30		Pilates Funzionale		Pilates Workout	