



CORSI FITNESS TERRA

dal 22 al 28 Agosto 2022

 Dal 15 al 21 Agosto 2022 solo corsi terra virtual

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
09:30 - 10:15 POSTURAL TRAINING	09:30 - 10:15 POSTURAL TRAINING	09:30 - 10:15 TOTAL BODY	09:30 - 10:15 PILATES MAT		
				10:30 - 11:15 PILATES MAT	
	13:15 - 14:00 TOTAL BODY	13:15 - 14:00 PILATES MAT			
	17:30 - 18:15 PILATES MAT	17:30 - 18:15 TOTAL BODY			
18:20 - 19:05 TOTAL BODY	18:20 - 19:05 PUMP	18:20 - 19:05 PUMP	18:20 - 19:05 GAG	18:20 - 19:05 TOTAL BODY	
19:10 - 19:55 ZUMBA			19:10 - 19:55 FUNCTIONAL TRAINING		



Tutti i corsi sono a prenotazione e potrebbero subire modifiche. I corsi live possono essere sospesi se non raggiungono il numero minimo di 5 persone. I corsi con il simbolo [2] si svolgono in SALA 2 mentre tutti gli altri in SALA 1