

ORARI CORSI IN PALESTRA SETTEMBRE 2017-2018

ORARIO	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9,00	GINNASTICA IDA		GINNASTICA VALE		GINNASTICA MARCO	
	MARCO		MARCO		MARCO	
10,00	WALKING IDA					
	MARCO		MARCO		MARCO	
16,00	CORRETTIVA VALE	CORRETTIVA CHRISTIAN			CORRETTIVA VALE	
17,00	JUNIOR GYM VALE				PILATES VALE	ADDOMINALI MARCO
18,00	ADDOMINALI CHRISTIAN	WALKING IDA	SUPER JUMP ANGELA	TOTAL BODY MARCO	SUPER JUMP IDA	FUNZIONALE MARCO
	MARCO	MARCO	MARCO	CHRISTIAN	MARCO	
19,00	FUNZIONALE CHRISTIAN		SPINNING ANGELA	TRX MARCO		
	MARCO	MARCO	MARCO	CHRISTIAN	MARCO	
20,00	TRX CHRISTIAN					
	MARCO	CHRISTIAN	MARCO	CHRISTIAN	MARCO	

ISTRUTTORI PRESENTI IN SALA PER LA COMPILAZIONE DI SCHEDE PERSONALIZZATE DAL LUNEDI' AL VENERDI' DALLE 18,00 ALLE 21,00; LUNEDI MERCOLEDI E VENERDI DALLE 9,00 ALLE 11,00 PER RAGIONI ORGANIZZATIVE IL PRESENTE PLANNING PUO' ESSERE SOGGETTO A VARIAZIONI SENZA PREAVVISO.

LEZIONI ACQUAFITNESS 2017/2018

MARTEDI'	MERCOLEDI'	VENERDI'	SABATO
----------	------------	----------	--------

ACQUAGYM	09,00 - 10,00 - 19,00		09,00 - 10,00 - 20,00	
ACQUASTEP	14,00 - 20,00			
ACQUAFLAP			14,00	
ACQUABOXING		19,00		
ACQUAGAG			19,00	
ACQUACIRCUIT				9,00

PER RAGIONI ORGANIZZATIVE IL PRESENTE PLANNING PUO' ESSERE SOGGETTO A VARIAZIONI SENZA PREAVVISO.