TOR VERGATA

CORSI DI GRUPPO

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
09:30-10:25 POWER STRETCHING	09:30-10:25 PILATES	10:30-11:25 YOGA	09:30-10:25 POWER STRETCHING	09:30-10:25 POWER STRETCHING
10:30-11:25 POSTURAL	10:30-11:25 TOTAL BODY	11:30-12:25 POSTURAL	10:30-11:25 PUMP	10:30-11:25 YOGA
13:30-14:25 FUNCTIONAL CIRCUIT	14:00-14:55 CYCLING	13:30-14:25 FUNCTIONAL CIRCUIT	13:30-14:25 PILATES	13:30-14:25 FUNCTIONAL CIRCUIT
17:00-17:30 ABS	17:00-17:30 FUNCTIONAL BODY		14:00-14:55 CYCLING	
17:30-18:25 TOTAL BODY	17:30-18:25 PILATES STRONG	17:30-18:25 TOTAL BODY	17:00-17:55 PILATES	17:30-18:25 FUNCTIONAL BODY WEIGHT
18:30-19:25 PUMP	18:30-19:25 CIRCUIT TRAINING	18:30-19:25 PUMP	18:00-18:55 TOTAL BODY	
18:30-19:25 CYCLING	19:00-19:55 CYCLING		18:30-19:15 CYCLING	
20:00-20:55 ZUMBA	20:00-20:55 FIT BOXE	19:45-20:40 ZUMBA	19:00-19:55 FIT BOXE	19:00-19:55 ZUMBA

TUTTI I CORSI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI.
L'ACCESSO AI CORSI DI GRUPPO È SU PRENOTAZIONE. VERIFICA LA CORRETTEZZA DEGLI ORARI E PRENOTA TRAMITE APP.