

CORSI DI GRUPPO

LUNEDÌ

9:00-10:00
POSTURAL

10:00-11:00
TOTAL BODY

11:00-12:00
STRETCHING

13:00-14:00
TOTAL BODY

18:30-19:00
HIIT

19:00-20:00
TOTAL BODY

20:00-21:00
PILATES

MARTEDÌ

9:30-10:30
PILATES

10:30-11:00
ABS

11:00-11:30
UPPER BODY

13:00-14:00
YOGA

18:45-19:45
FUNCTIONAL

19:45-20:45
PILATES

MERCOLEDÌ

9:30-10:30
POSTURAL

10:30-11:30
TOTAL BODY

11:30-12:30
STRETCHING

13:00-14:00
PILATES

18:25-18:55
ABS

19:00-20:00
FUNCTIONAL

GIOVEDÌ

9:30-10:30
PILATES

10:30-11:25
TOTAL BODY

13:00-14:00
FUNCTIONAL

18:25-18:55
ABS

19:00-20:00
PUMP

20:00-20:30
STRETCHING

VENERDÌ

9:30-10:30
TOTAL BODY

10:30-11:30
YOGA

13:00-14:00
PILATES

18:00-19:00
TOTAL BODY

19:00-20:00
ZUMBA

SABATO

10:30-11:30
FUNCTIONAL

11:30-12:00
PILATES

DOMENICA

10:30-11:30
TOTAL BODY

11:30-12:00
STRETCHING

TUTTI I CORSI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI

L'ACCESSO AI CORSI DI GRUPPO È SU PRENOTAZIONE. È POSSIBILE EFFETTUARE LA PRENOTAZIONE TRAMITE APP O SITO INTERNET.