



PALESTRE
ITALIANE

TERMINI

CORSI DI GRUPPO

LUNEDÌ

13:20-14:15
TOTAL BODY

14:15-15:10
CIRCUIT TRAINING

18:45-19:40
ZUMBA

19:45-20:40
PILATES

20:45-21:40
PUMP

MARTEDÌ

10:00-10:55
POSTURAL

11:00-11:55
YOGA

14:15-15:10
FUNCTIONAL

17:30-18:25
MOBILITY

18:30-19:25
FUNCTIONAL

19:30-20:25
TOTAL BODY

20:30-21:25
GAG

MERCOLEDÌ

17:30-18:25
POSTURAL

19:30-20:00
GLUTEUS

20:15-21:10
PUMP

GIOVEDÌ

10:00-10:55
POSTURAL

11:00-11:55
PILATES

13:20-14:15
FUNCTIONAL

17:40-18:35
MOBILITY

18:40-19:35
TOTAL BODY

19:40-20:10
PUMP

20:15-21:10
TOTAL BODY

VENEDÌ

14:15-15:10
POSTURAL

17:30-18:15
YOGA

18:30-19:25
POSTURAL

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.