

LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
--------	---------	-----------	---------	---------

Sala GIOVE				
9.30 – 10.15 TOTAL BODY				9.30 – 10.15 TOTAL BODY
13.30 – 14.15 GINN. METODO PILATES		13.30 – 14.15 GINN. METODO PILATES		
17.30 – 18.15 CORPO LIBERO	17.15 – 18.00 CIRCUITO WORKOUT	17.30 – 18.15 GAG	17.15 – 18.00 TOTAL BODY	17.30 – 18.15. CIRCUITO WORKOUT
18.30 – 19.15 CROSS TRAINING	18.15 – 19.00 ZUMBA FITNESS	18.30 – 19.15 TOTAL BODY	18.15 – 19.00 ZUMBA FITNESS	18.30 – 19.15 CROSS TRAINING
19.30 – 20.15 TOTAL BODY	19.15 – 20.00 GINN. METODO PILATES	19.30 – 20.15 CORE TRAINING	19.15 – 20.00 GINN. METODO PILATES	19.30 – 20.15 TOTAL BODY

Sala OLOS				
		9.30 – 10.15 GINN. METODO PILATES		
17.30 – 18.15 GINN. METODO PILATES	17.15 – 18.00 GINN. METODO PILATES		17.15 – 18.00 GINN. METODO PILATES	
18.30 – 19.15 GINN. METODO PILATES	18.15 – 19.00 GINN. METODO PILATES	18.30 – 19.30 GINN. METODO ASHTANGA YOGA	18.15 – 19.00 GINN. METODO PILATES	18.30 – 19.30 GINN. METODO ASHTANGA YOGA

sala QUEENAX				
	13.30 – 14.15 TRX		13.30 – 14.15 TRX	
18.35 – 19.20 TRX	18.40 – 19.25 FUNZIONAL TRAINING	18.35 – 19.20 TRX	18.40 – 19.25 FUNZIONAL TRAINING	18.35 – 19.20 TRX



TUTTE LE LEZIONI SONO A PRENOTAZIONE TRAMITE L' APP "My iClub"

LE LEZIONI SI SVOLGONO CON MINIMO 4 PARTECIPANTI

N.B. il presente orario potrebbe subire variazioni