

Calendario Corsi Fitness

Lunedì		Martedì		Mercoledì	Giovedì		Venerdì	
Yoga Barbara 7.00 - 8.00					Yoga Pietro 7.00 - 7.50			
Total Body Barbara 10.00 - 10.45		Zumba Cinzia 10.30 - 11.30		Body Tone Davide 10.00 - 11.00	Mat Pilates Alessandro 10.00 - 10.45		Yoga Davide 10.00 - 11.00	
Mat Pilates Barbara 10.45 - 11.30		Mat Pilates Barbara 11.30 - 12.15		Ginnastica Posturale Davide 11.00 - 12.00	Total Body Cinzia 10.45 - 11.30		Ginnastica Posturale Davide 11.00 - 12.00	
		Yoga Barbara 12.15 - 13.00			Zumba Cinzia 11.30 - 12.30			
Aquagym Lucia 12.00 - 12.45		Aquatone Paola 12.30 - 13.15		Aquagym Paola 13.00 - 13.45	Aquatone Paola 12.45 - 13.30			
		Mat Pilates Barbara 13.00 - 13.45		Total Body Alessandro 13.00 - 13.45	Aquatone Franco 18.45 - 19.30		Aquagym Lucia 15.00 - 15.45	
Yoga Barbara 18.00 - 19.00	HIIT Alessandro 19.00 - 19.45	Aquatone Paola 18.45 - 19.30	Total Body Dani 19.00 - 19.45	Cardio Training Riccardo 19.00 - 19.45	Yoga Davide 19.00 - 20.00	XFit Alessio, Roberta 19.00 - 20.30	Upper Body Paola 18.30 - 19.15	Fit Boxe Riccardo 19.00 - 19.45
Mat Pilates Barbara 19.00 - 19.45	Training Funzionale Alessandro 19.45 - 20.30	Mat Pilates Paola 19.45 - 20.30	Dance Workout Dani 19.45 - 20.30	Fit Boxe Riccardo 19.45 - 20.30	Mat Pilates Davide 20.00 - 20.45	Body Pump Alessandra 19.30 - 20.15	Total Body Paola 19.15 - 20.00	