

Attività Aerobiche

H	SALA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9:10	OLEANDRI		BODY ARMONY (P)		BODY ARMONY (P)		
09:30	IRIS	FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)	
	OLEANDRI	ALL INCLUSIVE (€)		ALL INCLUSIVE (€)		ALL INCLUSIVE (€)	
	LATINA	PILATES (€)		PILATES (€)		PILATES (€)	
10:30	TERMINIO		SPINNING (P)		SPINNING (P)		
	MAGNOLIA	BODY RESET (€)		BODY RESET (€)		BODY RESET (€)	
14.00	OLEANDRI		CIRCUIT TRAINING (P)		CIRCUIT TRAINING (P)		
14.15	TERMINIO	SPINNING (P)		SPINNING (P)		SPINNING (P)	
14.30	IRIS		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)
15:00	LATINA	PILATES (€)		PILATES (€)		PILATES (€)	
15:30							FUNZIONALE (€)
18.00	OLEANDRI	TOTAL BODY WORKOUT (P)		TABATA (P)		BODY ARMONY (P)	
	IRIS	FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€) 15/9	
	LATINA	ALL INCLUSIVE (€)		ALL INCLUSIVE (€)		ALL INCLUSIVE (€)	
18.30	MAGNOLIA	STRONG (P) 30 min.					
	OLEANDRI		ADDOME SCULPT (P) 30 min		ADDOME SCULPT (P) 30 min		
19.00	MAGNOLIA	BODY RESET (€)		BODY RESET (€)			
	OLEANDRI	PUMP (P)		PUMP (P)		PUMP (P)	
	TERMINIO	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	
	IRIS	FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)	
	LATINA		PILATES MAT (P)		PILATES MAT (P)		
19.30	LATINA	PILATES (€)		PILATES (€)		PILATES (€)	
20:00	OLEANDRI		PUMP (P)		PUMP (P)		
	IRIS	FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)	
21.00	IRIS	FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)		FUNZIONALE (€)	
	LATINA	PILATES (€)		PILATES (€)		PILATES (€)	

Attività aerobiche **COMPRESSE**

<u>H</u>	<u>SALA</u>	<u>LUNEDÌ</u>	<u>MARTEDÌ</u>	<u>MERCOLEDÌ</u>	<u>GIOVEDÌ</u>	<u>VENERDÌ</u>
9:10	OLEANDRI		BODY ARMONY (P)		BODY ARMONY (P)	
10:30	TERMINIO		SPINNING (P)		SPINNING (P)	
14.00	OLEANDRI		CIRCUIT TRAINING (P)		CIRCUIT TRAINING (P)	
14.15	TERMINIO	SPINNING (P)		SPINNING (P)		SPINNING (P)
18.00	OLEANDRI	TOTAL BODY WORKOUT (P)		TABATA(P)		BODY ARMONY (P)
18.30	MAGNOLIA	STRONG (P) 30 min.				
	OLEANDRI		ADDOME SCULPT 30 min. (P)		ADDOME SCULPT 30 min. (P)	
19.00	OLEANDRI	PUMP (P)		PUMP (P)		PUMP (P)
	LATINA		PILATES MAT (P)		PILATES MAT (P)	
	TERMINIO	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)
20:00	OLEANDRI		PUMP (P)		PUMP (P)	

CON UN NUMERO INFERIORE A 10 PARTECIPANTI LE LEZIONI NON VERRANNO SVOLTE.
 LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI SOSPENDERE I CORSI PER MOTIVI ORGANIZZATIVI
(P) I SEGUENTI CORSI NECESSITANO DI PRENOTAZIONE .