countrysport Avellino

ATTIVITÀ AEROBICHE COMPRESE

START 14 SETTEMBRE 2026

H	SALA	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
9.00	OLEANDRI		BODY ARMONY *dal 1/10*		BODY ARMONY *dal 1/10*		
9:10	OLEANDRI						PILATES MAT *dal 01/10*
10:00	LATINA		PILATES MAT		PILATES MAT		
10:15	TERMINIO		SPINNING *dal 1/10*		SPINNING *dal 1/10*		
14.15	TERMINIO	SPINNING		SPINNING		SPINNING	
18.00	OLEANDRI	TABATA *dal 1/10*		TABATA *dal 1/10*		STEP COREOGRAFICO *dal 1/10*	
	MAGNOLIA	**YOGA** *dal 1/10*		**YOGA** *dal 1/10*			
18.30	OLEANDRI		ADDOME SCULPT 30 min. *dal 1/10*			ADDOME SCULPT 30 min. *dal 1/10*	
	LATINA		PILATES MAT		PILATES MAT		
19.00	OLEANDRI	PUMP		PUMP		PUMP	
	TERMINIO	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	SPINNING	
19.15	MAGNOLIA					BURLESQUE FITNESS *Dal 01/11*	
19:30	LATINA		PILATES MAT *dal 01/10*		PILATES MAT *dal 01/10*		
20:00	OLEANDRI	YOGA POSTURALE *Dal 01/10*		YOGA POSTURALE *Dal 01/10*			