

Dal 14/11/2016

Fitness

Sala A

2016-2017



Orario	Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì
09,15/10,00		Posturale Yoga Carla		Posturale Yoga Carla	
09,45/10,45	Funzionale Matteo		Funzionale Matteo		Funzionale Matteo
10,00/10,45		G.A.G. Carla		G.A.G. Carla	
10,45/11,30		Circuit <i>Su Prenotazione</i> Carla	Balli di Gruppo	Circuit <i>Su Prenotazione</i> Carla	
11,30/12,30	Gym Music Antonio	Gym Music Antonio	Gym Music Antonio	Gym Music Antonio	Gym Music Antonio
13,15/14,15		Fit Cross Matteo	Hata Yoga 13.30 Carla	Fit Cross Matteo	
17,00/17,45	Posturale Edoardo		Posturale Riccardo		Posturale Edoardo
17,30/18,15 Sala B		Circuit <i>Su Prenotazione</i> Carla		Circuit <i>Su Prenotazione</i> Carla	
17,45/18,30	G.A.G. Edoardo		Funzionale Riccardo		Total Body Edoardo
18,15/19,00 Sala B		G.A.G. Carla		G.A.G. Carla	
18,30/19,15	Piloga Edoardo		Fit Cross Riccardo		Pilates Edoardo
19,00/20,00 Sala B		Yoga Carla		Yoga Carla	
19,15/20,15	Prepugilistica & K.B.E. Edoardo		Prepugilistica Riccardo		Prepugilistica & K.B.E. Edoardo
20,15/21,15	Salsa	Fit Cross Matteo	K.B.E. Davide	Funzionale Davide	
21,15/22,30		Capoeira		Capoeira	