

CORSI DI GRUPPO

GIORNO	ORARIO	CORSO	ISTRUTTORE	SALA
Lunedì	9.00-10.00	GINN. POSTURALE	Fabrizio	sala corsi
	9.00-10.00	FUNCTIONAL	Simone	palestra
	10.00-11.00	GINN. DOLCE	Fabrizio	sala corsi
	11.00-12.00	HATHA YOGA (DOLCE) *	Elisa	ottagoni
	12.30-13.30	CUORIAMOCI *	Fabrizio	palestra
	18.30-19.30	MOBILITY	Paolo	sala corsi
	19.30-20.30	FUNCTIONAL	Paolo	palestra
	20.00-21.00	HATHA YOGA *	Elisa	ottagoni
Martedì	9.00-9.30	GAG	Simone	palestra
	9.00-10.00	PILATES	Giulia	sala corsi
	10.00-11.00	BUNGEE FLY *	Giulia	sala corsi
	11.00-11.30	BUNGEE FLY * (prova)	Giulia	sala corsi
	12.30-13.30	FUNCTIONAL	Simone	palestra
	18.00-19.00	BUNGEE FLY *	Giulia	sala corsi
	19.00-20.00	PILATES	Giulia	sala corsi
	20.00-21.00	FULL BODY	Giulia	palestra
Mercoledì	9.00-10.00	GINN. POSTURALE	Fabrizio	sala corsi
	10.00-11.00	FUNCTIONAL	Fabrizio	sala corsi
	18.30-19.30	GINN. POSTURALE	Sara	sala corsi
	19.30-20.30	PILATES	Sara	sala corsi
Giovedì	9.00-10.00	PILATES	Giulia	sala corsi
	10.00-11.00	CUORIAMOCI *	Fabrizio	palestra
	11.00-12.00	GINN. DOLCE	Fabrizio	sala corsi
	12.30-13.30	FUNCTIONAL	Fabrizio	palestra
	18.30-19.30	HATHA YOGA *	Elisa	ottagoni
	19.30-20.30	FUNCTIONAL	Paolo	palestra
	19.30-20.30	HATHA YOGA (intermedio) *	Elisa	ottagoni
Venerdì	9.00-10.00	FUNCTIONAL	Simone	palestra
	9.00-10.00	PILATES	Giulia	sala corsi
	10.00-11.00	BUNGEE FLY *	Giulia	sala corsi
	12.30-13.30	FUNCTIONAL	Simone	palestra
	17.00-17.30	BUNGEE FLY *	Giulia	sala corsi
	17.30-18.30	BUNGEE FLY * (prova)	Giulia	sala corsi
	18.30-19.30	ZUMBA	Giulia	sala corsi
	19.30-20.30	FUNCTIONAL	Giulia	palestra
	19.30-20.30	PILATES	Sara	sala corsi

*I corsi evidenziati sono attività extra non compresi nell'abbonamento. Per informazioni e costi rivolgersi alla reception.