



CORSI MUSICALI IN PALESTRA



Via G. Di Vittorio 18/a 10078 Venaria Reale (TO)

| LUNEDÌ | MARTEDÌ | MERCOLEDÌ | GIOVEDÌ | VENERDÌ | SABATO |
|--|---|---|---|---|--|
| TOTAL BODY 9:30 - 10:30 Francesca | POSTURALE 9:00 - 10:00 Matteo | YOGA 9:30 - 10:30 Martina | POSTURALE 9:30 - 10:30 Matteo | PILATES POSTURALE 9:00 - 10:00 Domenica | OSTEO FITNESS* 9:30 - 10:30 Matteo |
| PILATES 10:30 - 11:30 Francesca | YOGA 10:00 - 11:00 Martina | FUNZIONALE TONIFICANTE 10:30 - 11:30 Martina | TONIFICAZIONE 10:30 - 11:30 Matteo | PILATES POSTURALE 10:00 - 11:00 Domenica | OSTEO FITNESS* 10:30 - 11:30 Matteo |
| HIIT 17:15 - 18:00 Martina | CIRCUIT TRAINING 17:15 - 18:00 Francesca | CARDIO TRAINING MAMMA FIT 17,15 - 18,00 Sara | | HIIT 17:15 - 18:00 Martina | |
| BODY PUMP 18:00 - 19:00 Martina | DYNAMIC PILATES 18:00 - 19:00 Francesca | POSTURALE 18:00 - 19:00 Martina | BODY PUMP 18:00 - 19:00 Martina | DYNAMIC PILATES 18:00 - 19:00 Martina | |
| POWER YOGA 19:00 - 20:00 Martina | FITNESS DANCE 19:00 - 20:00 Domenica | STRONG 19:00 - 20:00 Sonia | PILATES 19:00 - 20:00 Martina | YOGA 19:00 - 20:00 Martina | |
| ZUMBA* 20:00 - 21:00 Sonia | | ZUMBA* 20:00 - 21:00 Sonia | | | |

* corsi soggetti ad abbonamenti a parte

0114598887 info@sportclubvenaria.it