



CORSI MUSICALI IN PALESTRA



LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	SABATO
TOTAL BODY 9:30 - 10:30	POSTURALE 9:15 - 10:00	YOGA 9:30 - 10:30	PILATES 9:30 - 10:30		OSTEO FITNESS* 9:30 - 10:30
PILATES 10:30 - 11:30	YOGA 10:00 - 11:00	FUNZIONALE 10:30 - 11:30	TONIFICAZIONE 10:30 - 11:30		OSTEO FITNESS* 10:30 - 11:30
HIIT 17:15 - 18:00		HIIT 17:15 - 18:00	CARDIO TRAINING MAMMA FIT 17,15 - 18,00	HIIT 17:15 - 18:00	
BODY PUMP 18:00 - 19:00	DYNAMIC PILATES 18:00 - 19:00	POSTURALE 18:20 - 19:10	BODY PUMP 18:00 - 19:00	DYNAMIC PILATES 18:00 - 19:00	
POWER YOGA 19:00 - 20:00	SALSA* 19:00 - 20:00	CROSS TRAINING 19:10 - 20:00	PILATES 19:00 - 20:00	YOGA 19:00 - 20:00	
ZUMBA* 20:00 - 21:00		ZUMBA* 20:00 - 21:00	BACHATA* 20:00 - 21:00		

*corsi soggetti ad abbonamenti a parte