

PLANNING CORSI FITNESS | dal 1 luglio al 4 agosto 2024

Lunedì			Martedì			Mercoledì			Giovedì			Venerdì			Sabato		
7:05 7:50	Group Cycling® Beatrice	1	7:05 7:50	H.E.A.T. Fat Burning Beatrice	2	7:15 8:00	Functional Training Diego	3	7:15 8:00	Mobilty/PLS Nora	4	7:05 7:50	H.E.A.T. Fat Burning Beatrice	2	9:00 9:55	Cross Training Andrea A.	3
11:00 11:55	Barre Riccardo	4	7:15 8:00	Hands PLS Nora	4	7:05 7:50	Group Cycling® Beatrice	1	10:00 10:55	Brio Gym Chiara	4	7:15 8:00	Functional Training Andrea T.	3	10:00 10:55	G.A.G./Fit Boxe Nora-Ric-Chiara/Giusy	4
12:00 12:55	Metodo PLS Riccardo	4	10:00 10:55	Brio Gym Chiara	4	12:00 12:55	Barre Riccardo	4	12:00 12:55	Metodo PLS Chiara	4	12:00 12:55	Metodo PLS Riccardo	4	11:00 11:55	Group Cycling® A rotazione	1
13:00 13:55	Functional Training Stefano	3	12:00 12:55	Metodo PLS Chiara	4	13:00 13:55	H.E.A.T. Program® Annalisa	2	13:00 13:55	H.L.S.C. Diego	3	13:00 13:55	H.E.A.T. Program® Annalisa	2	11:00 11:55	Barre Nora-Ric-Chiara-Giusy	4
17:00 17:55	Step Choreo Nora	3	13:00 13:55	H.L.S.C. Diego	3	13:00 13:55	Fly Acro Riccardo	4	13:00 13:55	Barre Chiara	4	13:00 13:55	Functional Training Stefano	3	12:00 12:55	H.E.A.T. Program® A rotazione	2
17:00 17:55	Fly PLS Riccardo	4	13:00 13:55	Barre Chiara	4	17:00 17:55	TRX Circuit Tone Nora	3	16:00 16:55	G.A.G. Riccardo	4	13:00 13:55	Fly Tone Riccardo	4	12:00 12:55	Metodo PLS Nora/Ric/Chiara/Giusy	4
18:00 18:55	Cyclex® Cecilia	1	16:00 16:55	G.A.G. Riccardo	4	18:00 18:55	H.E.A.T. Program® Beatrice	2	17:00 17:55	Metodo PLS Riccardo	4	18:00 18:55	H.E.A.T. Program® Paolo	2			
18:00 18:55	H.E.A.T. Program® Beatrice	2	17:00 17:55	Metodo PLS Riccardo	4	18:00 18:55	Metodo PLS Nora	3	18:00 18:55	Group Cycling® Matilde	1	18:00 18:55	Cross Cardio Claudia	4			
18:00 18:55	M.E.T. Nora	4	18:00 18:55	Group Cycling® Giulia/Beatrice	1	18:00 18:55	Cross Cardio Claudia	4	18:00 18:55	H.E.A.T. Program® Annalisa/Giulia/Beatrice	2	19:00 19:55	Group Cycling® Carlo	1	Domenica		
18:00 18:55	Fit Dance Riccardo	3	18:00 18:55	Metodo YGA Tatjana	3	19:00 19:55	Group Cycling® Beatrice	1	18:00 18:55	MetodoYGA Tatjana	3	19:00 19:55	H.E.A.T. Circuit Paolo	2			
19:00 19:55	Group Cycling® Carlo	1	18:00 18:55	Fly Tone Riccardo	4	19:00 19:55	H.E.A.T. Program® Paolo	2	18:00 18:55	Fly Acro Riccardo	4	18:00 18:55	Campus Pump Claudia	3	10:00 10:55	H.E.A.T. Program® A rotazione	2
19:00 19:55	H.E.A.T. Program® Paolo	2	19:00 19:55	Cyclex Cecilia	1	19:00 19:55	Campus Pump Claudia	3	19:00 19:55	Group Cycling® Silvia	1	19:00 19:55	Super Jump Giulia	4	11:00 12:30	Ginn Power Yoga A rotazione	4
19:00 19:55	Cross Training Andrea A.	3	19:00 19:55	H.E.A.T. Program® Giulia/Matilde	2	19:00 19:55	Barre Nora	4	19:00 19:55	H.E.A.T. Program® Matilde	2	20:00 22:00	Aikido Dino	3			
19:00 19:55	Barre Nora	4	19:00 19:55	Metodo ZMB Giusy	3	20:00 22:00	Aikido Dino	3	19:00 19:55	Cross Training Andrea A.	3	20:00 20:55	Power Tone Giulia	4			
20:00 21:30	Ginn Power Yoga Paolo	4	19:00 19:55	Super Jump Giulia	4	20:00 21:30	Ginn Power Yoga Paolo	4	19:00 19:55	Metodo ZMB Giusy	4						
			20:00 20:55	Power Tone Giulia	3				20:00 20:55	Group Cycling Silvia	1						
															INFORMAZIONI UTILI		
															NUMERO MINIMO PARTECIPANTI 4 DISDETTA OBBLIGATORIA		
															I CORSI E GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE DELLE VARIAZIONI		
														★	NON COMPRESO NELL'ABBONAMENTO		
														B: I: A	Livell Base / Livello Intermedio / Avanzato		
														SP: E: 1: 2: 3: 4	Sala Pesi / Studio Elité / Studio 1: Studio 2: Studio 3: Studio 4		