

PLANNING CAPODANNO

MARTEDI' 2			MERCOLEDI' 3			GIOVEDI' 4			VENERDI' 5		
			10:00	BODY PUMP ANGELA	60'	10:00	FUNCTIONAL TONE FEDERICA	60'	11:00	FIT BALL ANGELA	60'
11:00	FUNCTIONAL TONE ALESSANDRO A.	60'	10:30	AQUAGYM NIVES	45'	11:00	STRETCHING FEDERICA	60'	11:00	AQUAGYM NIVES	45'
13:00	ZUMBA ALESSANDRO A.	60'	13:00	PILATES ANGELA	60'	13:00	AQUAGYM FEDERICA	45'	13:00	HYDROBIKE NIVES	45'
			18:30	SPINNING ERIKA	60'	17:30	GAG GISELLE	60'	18:30	TRX ALEX	45'
18:30	AQUAGYM NIVES	45'	18:30	TRX ALEX	45'	18:40	AQUAGYM GISELLE	45'	19:00	PILATES STRETCH KRIZIA	60'
18:30	JUMPING STEP KRIZIA	60'	18:45	FIT PADLING KRIZIA	30'	19:30	ENERGY WORKOUT IVAN	60'	19:30	BULLS WORKOUT STEFANO	60'
19:30	PILATES KRIZIA	60'	19:30	ZUMBA KRIZIA	60'						

INFO CORSI: Rispetta l'orario d'inizio del corso - Porta con te una salvietta tergisudore

DIRETTORE TECNICO: LISA MARINO

