

ORARIO LEZIONI da OTTOBRE 2022

SALA A

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
10:00	Corpo Libero		Corpo Libero		Corpo Libero
11:00					
13:30		TOTAL BODY 30'		REAX FUNCTIONAL TRAINING 30'	
14:00		ADDOMINALI 30'		ADDOMINALI 30'	
15:00	Physical Fitness			Physical Fitness	
16:00		DANZA MODERNA			
17:00		HIP HOP			DANZA MODERNA
18:00	ZUMBA	Corpo Libero		Corpo Libero	
18.15			ZUMBA		
18.45	REAX FUNCTIONAL TRAINING 30'				
19:00		TRX 30'	ADDOMINALI 30'	REAX FUNCTIONAL TRAINING 30'	
19:15	ADDOMINALI 30'				STEP
19:30		REAX FUNCTIONAL TRAINING 30'	TOTAL BODY 30'	ADDOMINALI 30'	
19:45	TOTAL BODY 30'	Ginnastica Artistica Adulti(sede Graticole)			
20:00		MUDDERS'		MUDDERS'	
20:15	FIT BOX		FIT BOX		

SALA B

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
18:30					
19:00	PILATES		PILATES		
19:30		SPINNING		SPINNING	
19:45		Ginnastica Artistica Adulti(sede Graticole)			

L'ORARIO POTREBBE SUBIRE VARIAZIONI

ORARIO CONTINUATO
Dal Lun al Ven 9:00/22:00
Sabato 14:00/18:00

SERVIZIO PERSONAL TRAINING - GINNASTICA RIABILITATIVA FUNZIONALE - TEST
VIENI a TROVARCI su FACEBOOK . INSTAGRAM . YOUTUBE e sul nostro sito www.cliniquecenter.it