



ORARIO LEZIONI da OTTOBRE 2024

SALA A

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
10:00	Corpo Libero <i>Elena - Marta</i>		Corpo Libero <i>Elena - Marta</i>		Corpo Libero <i>Elena - Marta</i>
13:30		TOTAL BODY 30' <i>Luciano</i>		REAX FUNCTIONAL TRAINING 30' <i>Luciano</i>	FIT BOXE <i>Marta</i>
14:00		ADDOMINALI 30' <i>Luciano</i>		ADDOMINALI 30' <i>Luciano</i>	
16:30					
17:00					HIP HOP <i>Ricardo</i>
17:30			HIP HOP <i>Ricardo</i>	Corpo Libero <i>Stefano (da Ottobre)</i>	
18:00		Corpo Libero <i>Anna (da Ottobre)</i>			
18:30	ZUMBA <i>Anna</i>		ZUMBA <i>Anna</i>	BARRE <i>Marta</i>	
19:00	TOTAL BODY 30' <i>Luciano</i>	TRX 30' <i>Samuel</i>			DIFESA PERSONALE
19:00		CALISTHENICS <i>Simone (Graticole)</i>		CALISTHENICS <i>Simone (Graticole)</i>	
19:15			TOTAL BODY 30' <i>Luciano</i>		
19:30	ADDOMINALI 30' <i>Luciano</i>	REAX FUNCTIONAL TRAINING 30' <i>Samuel</i>		REAX FUNCTIONAL TRAINING 30' <i>Samuel</i>	
19:45		Ginnastica Artistica Adulti <i>(Graticole)</i>	ADDOMINALI 30' <i>Luciano</i>	Ginnastica Artistica Adulti <i>(Graticole)</i>	
20:00	REAX FUNCTIONAL TRAINING 30' <i>Luciano</i>	DIFESA PERSONALE		ADDOMINALI 30' <i>Samuel</i>	
20:15			FIT BOXE <i>Marta</i>		
20:30	FIT BOXE <i>Marta</i>			MUDDERS' <i>Samuel</i>	

SALA B

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI
19:00	PILATES <i>Anna</i>				
19:15			PILATES <i>Anna</i>		
19:30		SPINNING <i>Sandro</i>		SPINNING <i>Sandro</i>	

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

CLINIQUE S.S.D. Arl // viale Aldo Bogni 94/B // 06012 Città di Castello (PG) //
 infoline 0758520111 - 3331629979