



planning FITNESS – dal 27/12 al 5/01



LUNEDÌ		MARTEDÌ		MERCOLEDÌ		GIOVEDÌ		VENERDÌ		SABATO	
SALA BLU	SALA GIALLA	SALA BLU	SALA GIALLA	SALA BLU	SALA GIALLA	SALA BLU	SALA GIALLA	SALA BLU	SALA GIALLA	SALA BLU	SALA GIALLA
	POSTURALE 09:00 – 09:45		GAG 09:30 – 10:15 ZUMBA 10:15 – 11:00		ZUMBA 09:45 – 10:30 FUNCTIONAL 10:30 – 11:15		TOTALBODY 10:00 – 10:45 SOFT TONE 10:45 – 11:30				
	SOFTYOGA 12:00 – 13:00		BASICPILATES 13:00 – 14:00		TOTALSTEP 12:00 – 12:45		TABATA 12:00 – 12:45				
WALKING 18:15 – 19:00	TABATA 17:30 – 18:15 TOTALBODY 19:15 – 20:00 TACFIT 20:00 – 21:00		SOFTYOGA 17:00 – 18:00 DYNAMICYOGA 18:00 – 19:00	WALKING 18:15 – 19:00	FUNCTIONAL 19:00 – 19:45 GAG 20:00 – 20:45	FUNCTIONAL 19:30 – 20:15 WALKING 20:30 – 21:15	BASICPILATES 17:30 – 18:30 TABATA 18:45 – 19:30 DYNAMICYOGA 19:30 – 20:30				
										DOMENICA	
										SALA BLU	SALA GIALLA
											SURPRISE MASTERCLASS 10:15 – 11:00



COMUNICAZIONI

sabato 25 dicembre / domenica 26 dicembre / sabato 1 gennaio / giovedì 6 gennaio IMPIANTO CHIUSO
venerdì 24 dicembre / venerdì 31 dicembre NO CORSI

