



ORARI 2023 / 2024 - PIAZZA ALDO MORO, 1 - C/O PANETTONE

ORE	LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
06:40		PILATES		PILATES		
09:00		SENIORFITNESS (FairPlay)		SENIORFITNESS (FairPlay)		
13.45	PAUSA PRANZO: Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione	PAUSA PRANZO: Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione	PAUSA PRANZO: Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione	PAUSA PRANZO: Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione	PAUSA: PRANZO: Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione	PAUSA PRANZO Possibilità di SMALLGROUP: Pilates, Funzionale, Tonificazione
17:10	PILATES BASE		PILATES BASE			
17:30		BACKSCHOOL		BACKSCHOOL		
18:00	PILATES INTERMEDIO		PILATES INTERMEDIO		PILATES INTERMEDIO	
18:30		STEP TONE CIRCUITO		BODY-TONE		
19:00	CARDIOTONO		CARDIOTONO		ADDOME STRETCHING	
19:30		ALLENAMENTO FUNZIONALE		ALLENAMENTO FUNZIONALE		

PER INFO VALENTINA 3897868360

TUTTI I CORSI SONO DA 50 MIN TRANNE IL PILATES DELLE 6,40 E DELLE 17,10 CHE SONO DA 45 MIN
I CORSI VANNO PRENOTATI TRAMITE APPLICAZIONE; GIORNI E ORARI POTREBBERO SUBIRE MODIFICHE
GLI SMALL GROUP SONO LEZIONI CON MINIMO 3 MASSIMO 6 PERSONE, NON INCLUSE IN ABBONAMENTO
SE NON SI RAGGIUNGE IL NUMERO MINIMO DI 4 PARTECIPANTI IL CORSO PUO' ESSERE CANCELLATO
POSSIBILITA' DI SMALL GROUP E LEZIONI PRIVATE ANCHE IN SALA PESI

