

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
orario inizio corso						
9.00	PUMP G.A.G	WALKING	CORPO LIBERO	WALKING	SWITCHING G.A.G.	
9.00			ACQUAGYM			
10.00	GINN. DOLCE PANCAFIT	ACQUAGYM	GINN. DOLCE PANCAFIT	ACQUAGYM	GINN. DOLCE PANCAFIT	
10.15						
10.50	GINN. DOLCE PANCAFIT		GINN. DOLCE PANCAFIT		GINN. DOLCE PANCAFIT	
14.00	TRX	ACQUAGYM	ROWING ABDOMINAL	ACQUAGYM	FUNZIONALE	
15.30						CORSI NUOTO BAMBINI
16.10	POSTURALE PANCAFIT				POSTURALE PANCAFIT	
16.20			CORSI NUOTO BAMBINI			CORSI NUOTO BAMBINI
17.00	POSTURALE PANCAFIT	WALKING		WALKING	POSTURALE PANCAFIT	
17.10						
18.00	CORPO LIBERO	WALKING	SWITCHING	WALKING	CORPO LIBERO	
18.30		ACQUAGYM		ACQUAGYM		
19.00	ROWING	POSTURALE PANCAFIT	ROWING	POSTURALE PANCAFIT		
19.45					SPINNING	
20.00	POSTURALE PANCAFIT		POSTURALE PANCAFIT	FUNZIONALE		
20.15		SPINNING				
21.00	CORPO LIBERO		CORPO LIBERO		ROWING ABDOMINAL	

CORSI A PRENOTAZIONI: POSTURALE - WALKING - SPINNING - ROWING - ACQUAGYM

Le lezioni si terranno con un minimo di 4 allievi --- L'orario potrà subire delle variazioni

PALESTRA LIFE CLUB tel. 0861.241370

