

CORSI - Via Gori, 15

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
8.20		GINN. POSTURALE		GINN. POSTURALE	
9.00	GINN.DOLCE		GINN.DOLCE		GINN.DOLCE
9.15		GLOBAL TONE	SPINNING*	GLOBAL TONE	
10.00	CARDIO TONE		TBW		CARDIO GAG
10.15		PILATES		PILATES	
13.20	THAI-BOXE		THAI-BOXE		THAI-BOXE
13.20	SPINNING*	SPINNING*	SPINNING*	SPINNING*	SPINNING*
13.20		PILATES		PILATES	
13.30	YOGA		YOGA		YOGA
13.30	TBW	FIT-BOXE	TOTAL BODY		FIT-BOXE
14.30	PANCAFIT*		PANCAFIT*		PANCAFIT*
16:30	GIOCO DANZA 3-6				GIOCO DANZA 3-6
17.00	FLEX AND TONE 50'		FLEX AND TONE 50'		FLEX AND TONE 50'
17.30	KARATE JUNIOR		KARATE JUNIOR		KARATE JUNIOR
17.30		POSTURAL*		POSTURAL*	FUNKY HIP-HOP 8-11
18.00	STEP/TONE		CARDIO GAG		STEP/TONE
18.15	FUNKY HIP-HOP 8-11				
18.30		CARDIO TONE		CARDIO GAG	
18.30		THAI-BOXE		THAI-BOXE	
18.30		PILATES		PILATES	
19.00	THAI-BOXE	DANCE MUSICAL 13/18	THAI-BOXE	DANCE MUSICAL 13/18	THAI-BOXE
19.30	CARDIO GAG		STEP TONE		
19.30	SPINNING*	SPINNING*	SPINNING**	SPINNING*	SPINNING*
19.30		FIT-BOXE		FIT-BOXE	STEP COREOG.
19.30	KARATE ADULTI	BODY-PUMP	KARATE ADULTI	BODY-PUMP	KARATE ADULTI
20.00	THAY-BOXE		THAY-BOXE		THAY-BOXE
20.00					PANCAFIT PILATES*
20.20	PANCAFIT PILATES*		PANCAFIT PILATES*		
20.30		JEET KUNE DO		JEET KUNE DO	
20.30		KETTLEBELL		KETTLEBELL	
21.00		AIKIDO		AIKIDO	
	SABATO	DA OTTOBRE			
12.30	SPINNING*	DAL 1° SABATO DI OTTOBRE FINO ALL'ULTIMO SABATO DI APRILE			
11.00	TBW/GAG	DALLA 1°DOM. DI NOVEMBRE FINO ALL'ULTIMA DOM. DI MARZO			

VIA RENZO GORI, 15 - tel 0574 30271
 lunedì - venerdì dalle ore 08.00 alle ore 23.00
 sabato dalle ore 9.00 alle ore 17.00
 domenica dalle ore 9.00 alle ore 13.00

VIA COSTANTINI, 24 - tel 0574 595855
 lunedì - venerdì dalle ore 09.00 alle ore 22.00

CORSI - Via Costantini, 24

	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì
9.30		GINN. DOLCE		GINN. DOLCE	
10.00	TOTAL BODY		CARDIOTONE		CARDIOTONE
13.00	STRECHING		STRECHING		STRECHING
13.30	SPINNING*		SPINNING*		SPINNING*
13.30		STEP COREOGRAFICO		AEROBICA COREOGRAFICA	TOTAL BODY
13.30	PILATES		PILATES		PILATES
17.00		KARATE SPERANZE		KARATE SPERANZE	
17.40		GINN. POSTURALE		GINN. POSTURALE	
18.30		KARATE JUNIOR		KARATE JUNIOR	
18.30		TRX Ottobre		TRX Ottobre	
19.00	K1-STYLE/KICK BOXING		MUAY-THAY		MUAY-THAY
19.30		SPINNING		SPINNING	
19.30		CARDIOBOX TONE		CARDIOBOX TONE	
19.40	GLOBAL TONE		GLOBAL TONE		GLOBAL TONE
20.00	MUAY-THAY	K1-STYLE/KICK BOXING	MUAY-THAY	K1-STYLE/KICK BOXING	MUAY-THAY
20.30	MACUMBAFIT		MACUMBAFIT		

****attività per le quali è obbligatoria la prenotazione**

***gli orari ed i corsi possono subire variazioni**