

Attività aerobiche COMPRESSE

<u>H</u>	<u>SALA</u>	<u>LUNEDÌ</u>	<u>MARTEDÌ</u>	<u>MERCOLEDÌ</u>	<u>GIOVEDÌ</u>	<u>VENERDÌ</u>
10:00	LATINA		PILATES MAT (P)		PILATES MAT (P)	
10:30	TERMINIO		SPINNING (P)		SPINNING (P)	
14.15	TERMINIO	SPINNING (P)		SPINNING (P)		SPINNING (P)
18.00	OLEANDRI	TOTAL BODY WORKOUT (P)		TABATA(P)		BODY ARMONY (P)
18.30	MAGNOLIA	STRONG (P) 30 min.				
	OLEANDRI		ADDOME SCULPT 30 min. (P)		ADDOME SCULPT 30 min. (P)	
19.00	OLEANDRI	PUMP (P)		PUMP (P)		PUMP (P)
	LATINA		PILATES MAT (P)		PILATES MAT (P)	
	TERMINIO	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)	SPINNING (P)
20:00	LATINA		FIT BOXE(P)			
	OLEANDRI		PUMP (P)		PUMP (P)	

CON UN NUMERO INFERIORE A 10 PARTECIPANTI LE LEZIONI NON VERRANNO SVOLTE.

LA DIREZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI SOSPENDERE I CORSI PER MOTIVI ORGANIZZATIVI

(P) I SEGUENTI CORSI NECESSITANO DI PRENOTAZIONE .