

ORARIO CORSI FITNESS STAGIONE 2015/2016

LUNEDI		MARTEDI		MERCOLEDI		GIOVEDI		VENERDI	
CORSI MATTINO									
9:10-10:00 Pilates						9:10-10:00 Pilates			
CORSI PAUSA PRANZO									
12:50-13:40 Body Tone		12:50-13:40 Tone Up		12:50-13:40 Body Tone				12:50-13:40 Tone Up	
CORSI POMERIGGIO (STUDENTI)									
17:30-18:20 X-TREME						17:30-18:20 X-TREME			
CORSI SERA									
18.20-19:10 Pilates	18.30-19:20 BruciaGrassi	18:30-19:20 Keep Fit!	18:40-19:30 Zumba	18.20-19:10 BruciaGrassi	18.30-19:20 BruciaGrassi	18:30-19:20 Circuit Training	18:40-19:30 Fitboxe	18:30-20:00 Cardio Energy	
19:20-20:10 BruciaGrassi	19:30-20:20 Spinning Base	19:30-20:20 Pilates Posturale	19:40-20:30 Fitboxe	19:20-20:10 Pilates	19:30-20:20 Spinning Base		19:40-20:30 Zumba Toning		
20:10-21:00 B-ACTION		19:00-20:00 Spinning Avanzato		20:10-21:00 B-ACTION		19:00-20:00 Spinning Avanzato			

Ricordiamo ai gentili tesserati che **tutti i CORSI** devono essere **PRENOTATI** e **DISDETTI** attraverso l'applicazione **"Gymtrainer"** ed è necessario un **NUMERO MINIMO di 5 ISCRITTI** per garantire lo svolgimento del corso.