






CALENDARIO CORSI DAL 22/12 AL 26/12

Prenotazione tramite App MoonPlan

LUNEDI' 22/12	MARTEDI' 23/12	MERCOLEDI' 24/12	 GIOVEDI' 25/12 BUON NATALE! 		VENERDI' 26/12 BUON SANTO STEFANO!
ZETA TL 5.45-6.30		ZETA TL 5.45-6.30			
GINNASTICA POSTURALE 7.50-8.40		GINNASTICA* RIEDUCATIVA 8.45-9.35			
GINNASTICA POSTURALE 8.45-9.35	TOTAL BODY 14.00-14.45	 TREK 5KM			
TOTAL BODY 9.45-10.30	PILATES 14.45-15.30	YOGA FLEX 10.30-11.20			
PILATES 10.40-11.30	HYROXWO 16.00-17.00				
STUDIO PILATES* CADI. - REFOR. 14.40-15.30	SUPER JUMP 18.40-19.25				
HYROXWO 18.30-19.20	ZUMBA 19.45-20.25				
YOGA 19.30-20.30	PILATES FLOW 19.35-20.25				
	TESSUTI* 20.15-21.45				
			SABATO 27/12	TESSUTI J.* 16.00-17.30	

CALENDARIO CORSI DAL 29/12 AL 4/01

Prenotazione tramite App MoonPlan

LUNEDI' 29/12	MARTEDI' 30/12	MERCOLEDI' 31/12	GIOVEDI' 1/01	VENERDI' 2/01	LUNEDI' 5/01	MARTEDI' 6/01	MERCOLEDI' 7/01	GIOVEDI' 8/01	VENERDI' 9/01
ZETA TL 5.45-6.30		ZETA TL 5.45-6.30		ZETA TL 5.45-6.30	ZETA TL 5.45-6.30		ZETA TL 5.45-6.30		ZETA TL 5.45-6.30
GINNASTICA POSTURALE 7.50-8.40		GINNASTICA* RIEDUCATIVA 8.45-9.35		GINNASTICA POSTURALE 7.50-8.40					
GINNASTICA POSTURALE 8.45-9.35		 TREK 5KM		GINNASTICA POSTURALE 8.45-9.40				STUDIO PILATES* CADI. - REFOR. 14.40-15.30	
TOTAL BODY 9.45-10.30		YOGA FLEX 10.30-11.20	BUON ANNO A TUTTI! 	WALKING 9.45-10.35			YOGA FLEX 10.30-11.20	HYROXWO 16.00-17.00	
PILATES 10.40-11.30	HYROXWO 16.00-17.00				PILATES 10.40-11.30	BUONA FESTA DELL' EPIFANIA! 			TOTAL BODY 14.00-14.45
STUDIO PILATES* CADI. - REFOR. 14.40-15.30	SUPER JUMP 18.40-19.25				STUDIO PILATES* CADI. - REFOR. 14.40-15.30				PILATES 14.45-15.30
HYROXWO 18.30-19.20					HYROXWO 18.30-19.20				HYROXWO 18.10-18.55
YOGA 19.30-20.30	PILATES FLOW 19.35-20.25				YOGA 19.30-20.30			PILATES 19.35-20.25	
TESSUTI* 19.30-21.00								TESSUTI* 20.15-21.45	
							SABATO 10/01	TESSUTI TEEN* 14.30-16.00	TESSUTI J.* 16.00-17.30

CALENDARIO CORSI DAL 5/01 AL 9/01

Prenotazione tramite App MoonPlan

* I corsi con asterisco non sono inclusi in Abbonamento

▲ Corsi outdoor