

CORSI FITNESS ORARI 2016/17

info e prenotazioni
0422 451940



SALA -1
SALA ROSA
SALA AZZURRA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENEDÌ
	ZUMBA 10.00 - 11.00 ●	WALKING 10.00 - 11.00 ●		BRUCIA GRASSI 10.00 - 11.00 ●	SPINNING 10.00 - 11.00 ●
					SPINNING 13.00 - 14.00 ●
				CONDITIONING SKI 13.00 - 14.00 ●	FUNCTIONAL TRAINING 18.30 - 19.30 ●
	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	WALKING 13.00 - 14.00 ●	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	STRIKE ZONE 13.00 - 14.00 ●	WALKING 18.30 - 19.30 ●
	SPINNING 18.30 - 19.30 ●	FIT BOXE 18.30 - 19.30 ●	CONDITIONING SPINNING 18.30 - 19.30 ●	FIT BOXE 18.30 - 19.30 ●	STRIKE ZONE 19.30 - 20.30 ●
	FUNCTIONAL WOMAN 18.30 - 19.30 ●	BRUCIA GRASSI 18.30 - 19.30 ●	PUMP EVOLUTION 18.30 - 19.30 ●	FUNCTIONAL MAN 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●
	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	WALKING 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	WALKING 19.30 - 20.30 ●
	SPINNING LONG RIDE 19.30 - 21.00 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	SPINNING LONG RIDE 19.30 - 21.00 ●	ROWING 19.30 - 20.30 ●	SABATO
	PUMP EVOLUTION 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL MAN 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL WOMAN 19.30 - 21.00 ●	BRUCIA GRASSI 19.30 - 20.30 ●	A ROTAZIONE 11.00 - 12.00 ●
	WALKING 19.30 - 20.00 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●	BODY POWER 20.30 - 21.30 ●	WALKING 19.30 - 20.30 ●	
	WALKING FUNCIONAL 20.30 - 21.30 ●	ROWING 20.30 - 21.30 ●	WALKING 20.30 - 21.30 ●	SPINNING 20.30 - 21.30 ●	
		PUMP EVOLUTION 20.30 - 21.30 ●		PUMP EVOLUTION 20.30 - 21.30 ●	

**IN CASO DI ASSENZA DISDIRE
ALMENO 2 ORE PRIMA**

TUTTI I CORSI HANNO OBBLIGO DI PRENOTAZIONE - le lezioni potranno subire delle variazioni di istruttore - lezioni garantite con minimo 4 iscritti

vitanovafitness.it