

CORSI FITNESS ORARI 2018/19

info e prenotazioni
0422 451940



	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ	
	ZUMBA 10.00 - 11.00 ●	WALKING 10.00 - 11.00 ●		BRUCIA GRASSI 10.00 - 11.00 ●	WALKING 10.00 - 11.00 ●	
SALA -1					SPINNING 13.00 - 14.00 ●	
	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	WALKING 13.00 - 14.00 ●	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	WALKING 13.00 - 14.00 ●	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	
					WALKING 18.30 - 19.30 ●	
SALA ROSA	FUNCTIONAL WOMAN 18.30 - 19.30 ●	WALKING 18.30 - 19.30 ●	SPINNING 18.30 - 19.30 ●	ROWING 18.30 - 19.30 ●	FUNCTIONAL 18.30 - 19.30 ●	
	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	FUNCTIONAL MAN 18.30 - 19.30 ●	PUMP 18.30 - 19.30 ●	BRUCIA GRASSI 18.30 - 19.30 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	
	SPINNING 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●		WALKING 19.30 - 20.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●	
SALA AZZURRA	PUMP 19.30 - 20.30 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL MAN 19.30 - 20.30 ●	CONDITIONING RUNNING 20.30 - 21.30 ●	
	WALKING 19.30 - 20.30 ●	BRUCIA GRASSI 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL WOMAN 19.30 - 20.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●	SABATO	
		ROWING 20.30 - 21.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●	SPINNING 20.30 - 21.30 ●	A ROTAZIONE 11.00 - 12.00 ●	
	SPINNING 20.30 - 21.30 ●	PUMP 20.30 - 21.30 ●	WALKING 20.30 - 21.30 ●	PUMP 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