

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
08.00		Pancafit - Posturale		Pancafit - Posturale		Pancafit - Posturale	
08.30	Spinning		Spinning		Spinning		
08.40		Da Ottobre Spinning		Da Ottobre Spinning		Da Ottobre ore 09.00 Spinning	
09.00		B.A.G.		Aero-Tone		Power-Tone	
09.00	Ginnastica Dolce	Pancafit - Posturale	Ginnastica Dolce	Pancafit - Posturale	Ginnastica Dolce	Pancafit - Posturale	
10.00	Pump		H.I.I.T.		Pump		
10.00	Pilates		Pilates		Pilates		Spinning Long Ride
Dal 12/09 13.30	G.A.G.		H.I.I.T.		G.A.G.		
13.30	Posturale		Posturale		Posturale		
Dal 12/09 13.30	Spinning		Spinning		Spinning		
Dal 19/09 15.00	Pancafit-Posturale		Pancafit-Posturale		Pancafit-Posturale		
16.00	Prepugilistica		Prepugilistica		Prepugilistica		
16.45	Pilates/Stretching		Pilates/Stretching		Pilates/Stretching		
Dal 19/09 17.45	Yoga		Yoga		Yoga		
17.00	17.15 Circuit Training	Dal 27/09 Zumba	17.15 Circuit Training	Dal 27/09 Zumba	17.15 Circuit Training		
17.00	Spinning	Dal 13/09 Pancafit - Posturale	Spinning	Dal 13/09 Pancafit - Posturale	Spinning		
Dal 13/09 17.00		Spinning		Spinning			
Dal 13/09 18.00		Pilates		Pilates			
Dal 27/09 18.00		Dynamic Tone		G.A.G.			
18.30	Pump	Spinning	H.I.I.T.	Spinning	Pump		
19.30	Dynamic Tone		Total Body		Dynamic Tone		
19.00	Dal 12/09 Spinning	Pump	Dal 12/09 Spinning	Pump	Dal 12/09 Spinning		
19.00	Pancafit - Posturale		Pancafit - Posturale		Pancafit - Posturale		
20.00	Pancafit - Posturale	Prepugilistica	Pancafit - Posturale	Prepugilistica	Pancafit - Posturale		

PARTENZA CORSI

LUNEDI' 05 SETTEMBRE

FITNESS
SALA 1

SPINNING
SALA 2

POSTURALE
SALA 3

*Orario sala
Body Building*

Lun - Ven: 07.00 / 22.00

Sabato: 07.30 / 18.30

Domenica 09.00 / 12.30

I CORSI SI POSSONO
SVOLGERE
PRENOTANDO
TRAMITE L'APP
SPORTCLUBBY O
CHIAMANDO IN
SEGRETERIA
065693788

LE PRENOTAZIONI
VALGONO
PER LA SALA 1 – SALA
2 – SALA 3

NELL'ABBONAMENTO
FULL OPEN E' INCLUSA
LA SALA
BODY BUILDING

Possibilità di affittare
gli armadietti