

TABELLA GENERALE DEI CORSI FITNESS – Dal 19 settembre 2022

| ORARI | LUNEDI | MARTEDI | MERCOLEDI | GIOVEDI | VENERDI | SABATO | DOMENICA |
|---------------|---------|------------|------------|------------|------------------|--------|----------|
| 8.30 - 9.00 | | | | YOGA | | | |
| 9.00 - 9.30 | | | | | | | |
| 9.30 - 10.00 | | STRETCHING | | | | | |
| 10.00 - 10.30 | | | | | | | |
| 10.30 - 11.00 | | STRETCHING | | | | GAG | |
| 11.00 - 11.30 | | | | | STRETCHING | | |
| 11.30 - 12.00 | | | | | | GAG | |
| 12.00 - 12.30 | | | PILATES | | | | |
| 12.30 - 13.00 | | | | | | | |
| 13.00 - 13.30 | PILATES | | FUNZIONALE | | | | |
| 13.30 - 14.00 | | | | | | | |
| 14.00 - 14.30 | | | | | | | |
| 14.30 - 15.00 | | | | | | | |
| 15.00 - 15.30 | | | | | | | |
| 15.30 - 16.00 | | | | | | | |
| 16.00 - 16.30 | | | | | | | |
| 16.30 - 17.00 | | | | | | | |
| 17.00 - 17.30 | | | | | | | |
| 17.30 - 18.00 | | | | | | | |
| 18.00 - 18.30 | | | | | | | |
| 18.30 - 19.00 | | FUNZIONALE | | FUNZIONALE | | | |
| 19.00 - 19.30 | YOGA | | PILATES | | POWER STRETCHING | | |
| 19.30 - 20.00 | | PROTENNIS | | PROTENNIS | | | |
| 20.00 - 20.30 | | | | | | | |

FIORENZA PISTONO



GIULIO TADDEO PATRIZI



GIOACOMO DE ANGELIS



CLAUDIA BEI

