

# TABELLA GENERALE DEI CORSI FITNESS – Dal 1° dicembre 2022

ORARI	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
8.30 - 9.00							
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	YOGA			
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	PROTENNIS	PILATES	PROTENNIS	POWER STRETCHING		
19.30 - 20.00							
20.00 - 20.30							

FIORENZA PISTONO



GIULIO TADDEO PATRIZI



GIACOMO DE ANGELIS



CLAUDIA BEI

