

Studio A

SENZA PRENOTAZIONE

(lezioni da 50 minuti)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
9.40 GIOVANNI STRETCH & TONE	9.00 FRANCESCO STEP UP	9.40 GIOVANNI STRETCH & TONE	9.00 FRANCESCO STEP UP	9.40 GIOVANNI YOGAFITNESS
10.50 GIOVANNI GINNASTICA DOLCE		10.50 GIOVANNI GINNASTICA DOLCE		10.50 GIOVANNI GINNASTICA DOLCE
		13.15 FRANCESCO STEP UP		
16.40 GIOVANNI FITPILATES ATTREZZI	16.40 GIOVANNI GINNASTICA DOLCE		16.40 GIOVANNI GINNASTICA DOLCE	
17.30 GIOVANNI YOGAFITPILATES	17.30 GIOVANNI ISOMETRIC TRAINING	17.30 GIOVANNI YOGAFITPILATES	17.30 GIOVANNI ISOMETRIC TRAINING	17.30 GIOVANNI STEP CONDITIONING
18.20 GIOVANNI STEP CONDITIONING	18.20 CATERINA M.E.T.	18.20 CATERINA A.P.E.	18.20 ROBERTO FITBOXE	18.20 GIOVANNI FITPILATES ATTREZZI
19.10 CATERINA A.P.E.	19.10 ROBERTO 3D TRAINING	19.10 CATERINA M.E.T.	19.10 CATERINA G.A.G.	19.10 CATERINA M.E.T.
20.00 CATERINA M.E.T.	20.00 CATERINA G.A.G.	20.00 FRANCESCO STEP UP	20.00 CATERINA M.E.T.	

Studio B

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ON-LINE (lezioni da 50 minuti)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'
18.00 SILVIA G.A.G.	18.30 GIOVANNI FITPILATES MAT	18.00 SILVIA G.A.G.	18.30 GIOVANNI FITPILATES MAT	18.00 CATERINA POSTURAL TRAINING
				19.20 ROBERTO 3D TRAINING

Studio Walking

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA ON-LINE (lezioni da 50 minuti)

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
09.00 FRANCESCO		09.00 FRANCESCO		09.00 FRANCESCO	10.00 FRANCESCO
10.10 FRANCESCO		10.10 FRANCESCO		10.10 FRANCESCO	11.10 FRANCESCO
13.15 FRANCESCO	13.15 FRANCESCO		13.15 FRANCESCO		
16.50 ENDRIS			16.50 ENDRIS		
17.40 FRANCESCO	17.40 ROBERTO	17.40 FRANCESCO	17.40 FRANCESCO	17.40 ENDRIS	
18.30 FRANCESCO	18.30 FRANCESCO	18.30 Walking Endurance GIOVANNI	18.30 FRANCESCO	18.30 FRANCESCO	
19.20 ROBERTO	19.20 FRANCESCO	19.20 ROBERTO	19.20 ROBERTO	19.20 FRANCESCO	
20.10 ROBERTO	20.10 ROBERTO	20.10 ROBERTO	20.10 ROBERTO		