

CORSI FITNESS 2018/2019

CORSI FITNESS 2018/2019					
Lunedì	Martedì	Mercoledì	Giovedì	Venerdì	Sabato
09.00-21.00 SALA ATTREZZI					09.00-12.00 SALA ATTREZZI
	08.30-09.30 A.F.A. Simona A.		08.30-09.30 A.F.A. Simona A.		
09.00-10.00 PILATES Simona A.	09.30-10.30 TONE & STEP Simona A.	09.00-10.00 PILATES Simona A.	09.30-10.30 TONE & STEP Simona A.	09.00-10.00 PILATES Simona A.	
10.00-11.00 A.F.A. Simona A.	10.30-11.30 GIN. DOLCE Simona A.	10.00-11.00 A.F.A. Simona A.	10.30-11.30 GIN. DOLCE Simona A.	10.00-11.00 A.F.A. Simona A.	
11.00-12.00 A.F.A. Simona A.	11.00-12.00 CIRCUITO Ilenia	11.00-12.00 A.F.A. Simona A.	11.00-12.00 CIRCUITO Ilenia	11.00-12.00 A.F.A. Simona A.	
13.30-14.30 PILATES Andrea	13.15-14.15 FULL BODY Ilenia	13.30-14.30 PILATES Andrea	13.15-14.15 FULL BODY Ilenia	13.30-14.30 PILATES Andrea	
14.30-15.30 A.F.A. Andrea		14.30-15.30 A.F.A. Andrea		14.30-15.30 A.F.A. Andrea	
14.30-15.30 TOTAL BODY Simona B.		14.30-15.30 FUN TRAIN Simona B.		14.30-15.30 TOTAL BODY Simona B.	
	17.00-18.00 A.F.A. Andrea		17.00-18.00 A.F.A. Andrea		
18.00-19.00 CIRCUITO Ilenia	18.00-19.00 BODY TONE Ilenia	18.00-19.00 CIRCUITO Ilenia	18.00-19.00 BODY TONE Ilenia	18.30-19.30 CIRCUITO Ilenia	
19.00-20.00 STEP Ilenia	19.00-20.00 MILITARY Ilenia	19.00-20.00 STEP Ilenia	19.00-20.00 STEP BOXE Ilenia	19.30-20.30 STEP Ilenia	
20.00-21.00 PUMP FIT Ilenia		20.00-21.00 PUMP FIT Ilenia			