

FITLIFE

ORARIO CORSI 2018 - 2019

	LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO	DOMENICA
Ora	SALA FITNESS						
9.30	BODY ARMONY Alice			BODY ARMONY Alice			
10.30	POSTURAL Carmine					HATHA YOGA Enrico	
12.00						ZUMBA Serena	
13.15	FITBALL Filomena	FUNCTIONAL TRAINING Filippo	GAG Filomena	FUNCTIONAL TRAINING Filippo	FITBOXE Filomena		
17.30			POSTURAL Carmine				
18.40	OLISTIC WORLD Monia	HATHA YOGA Ombretta	TONE HEAT Monia	GAG Carla	FITBALL Filomena		
19.30	TONE HEAT Monia	FUNCTIONAL TRAINING Maya	OLISTIC WORLD Monia	PILATES Carla	FITBOXE Filomena		
20.20	ALL MY BODY Carla	FIT PUMP Maya	FITMOVING Serena	INTERVAL TRAINING Serena	POSTURAL Carmine		
21.10							
	SALA KARATE						
18.00	KARATE* avanzati	KARATE* bambini		KARATE* avanzati	KARATE* bambini		
19.00	KARATE* avanzati	KARATE* avanzati		KARATE* avanzati	KARATE* avanzati		
20.00	KARATE* principianti	KARATE* avanzati	KARATE* recupero principianti	KARATE* principianti	KARATE* avanzati		

*Corsi non compresi negli abbonamenti alla palestra