

LUNEDÌ

09.15 / 10.15

TOTAL BODY
Valeria

12.15 / 13.15

FUNZIONALE
Claudia

18.00 / 19.00

TABATA
Ilaria

19.15 / 20.15

FUNZIONALE
Alice

MARTEDÌ

12.15 / 13.15

TRX
Valeria

19.15 / 20.15

FUNZIONALE
Claudia

MERCOLEDÌ

09.15 / 10.30

CIRCUIT TRAINING
Claudia

12.15 / 13.15

FUNZIONALE
Claudia

18.00 / 19.00

TABATA
Ilaria

19.15 / 20.15

FUNZIONALE
Alice

GIOVEDÌ

09.15 / 10.30

TOTAL BODY
Valeria

12.15 / 13.15

TRX
Claudia

18.00 / 19.00

STRAFIT
Claudia

19.15 / 20.15

FUNZIONALE
Claudia

VENERDÌ

09.30 / 10.30

STRAFIT
Ilaria

12.15 / 13.15

FUNZIONALE
Claudia

SABATO

CORSI FITNESS 2024

11.00 / 12.00

STRAFIT
Claudia



NOTA:
La Direzione si riserva il
diritto di cambiare l'orario
dei corsi o gli istruttori
durante la stagione