

PALINSESTO CORSI FITNESS e INDOOR CYCLING



LUNEDÌ

09.3011.00

TOTAL BODY+MOB

Claudia

10.3011.30

GROUP CYCLING

Fabio

12.1513.15

FUNZIONALE

Claudia

13.0014.00

GROUP CYCLING

Fabio

18.4519.45

GROUP CYCLING

Carla

19.1520.15

FUNZIONALE

Alice

MARTEDÌ

06.3007.30

GROUP CYCLING

Fabio

09.3010.30

STRAFIT+RESTART P.

Claudia

13.0014.00

GROUP CYCLING

Emanuel

18.0019.00

TRX

Alessandro

19.1520.15

FUNZIONALE

Claudia

19.0020.00

GROUP CYCLING

Alessandro

MERCOLEDÌ

09.3011.00

FULL BODY

Alice

10.3011.30

GROUP CYCLING

Barbara

12.1513.15

FUNZIONALE

Claudia

13.0014.00

CYCLEX

Barbara

18.0019.00

CALISTHENICS

Diego

18.3019.30

GROUP CYCLING

Emanuel

19.1520.15

FUNZIONALE

Alice

GIOVEDÌ

09.3011.00

FUNCTIONAL FLOW

Alice

12.3013.30

TRX+PILATES

Sara

13.0014.00

GROUP CYCLING

Fabio

18.0019.00

STRAFIT DYNAMIC B.

Claudia

18.1519.15

GROUP CYCLING

Barbara

19.1520.15

FUNZIONALE

Alice

VENERDÌ

09.0009.45

TRX

Alessandro

10.0011.00

STRAFIT+RESTART P.

Ilaria

10.0011.00

GROUP CYCLING

Alessandro

12.1513.15

FUNZIONALE

Claudia

13.0014.00

GROUP CYCLING

Emanuel

19.1520.15

FUNZIONALE

Alice

18.4519.45

GROUP CYCLING

Carla

SABATO

10.3011.30

GROUP CYCLING

a rotazione

11.3012.30

STRAFIT FIGTHING

Claudia

DOMENICA

10.3011.30

GROUP CYCLING

a rotazione

CORSI FITNESS INDOOR CYCLING

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

Review aprile 2025