

CORSI FITNESS ORARI 2017/18

info e prenotazioni
0422 451940



SALA -1

SALA ROSA

SALA AZZURRA

	LUNEDÌ	MARTEDÌ	MERCOLEDÌ	GIOVEDÌ	VENERDÌ
					SPINNING 10.00 - 11.00 ●
	ZUMBA 10.00 - 11.00 ●	WALKING 10.00 - 11.00 ●		BRUCIA GRASSI 10.00 - 11.00 ●	SPINNING 13.00 - 14.00 ●
					FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●
					CONDITIONING SPINNING 18.30 - 19.30 ●
	FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	WALKING 13.00 - 14.00 ●		STRIKE ZONE 13.00 - 14.00 ●	FUNCTIONAL TRAINING 18.30 - 19.30 ●
			FUNCTIONAL TRAINING 13.00 - 14.00 ●	STRIKE ZONE 18.30 - 19.30 ●	WALKING 18.30 - 19.30 ●
	FUNCTIONAL WOMAN 18.30 - 19.30 ●	BRUCIA GRASSI 18.30 - 19.30 ●	SPINNING 18.30 - 19.30 ●	FUNCTIONAL MAN 18.30 - 19.30 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●
	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	WALKING 18.30 - 19.30 ●	PUMP EVOLUTION 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●
	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	SPINNING LONG RIDE 19.00 - 20.30 ●	ZUMBA 18.30 - 19.30 ●	ROWING 19.30 - 20.30 ●	WALKING 19.30 - 20.30 ●
	PUMP EVOLUTION 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL MAN 19.30 - 20.30 ●	SPINNING 19.30 - 20.30 ●	BRUCIA GRASSI 19.30 - 20.30 ●	SABATO
	WALKING 19.30 - 20.30 ●	ZUMBA 19.30 - 20.30 ●	FUNCTIONAL WOMAN 19.30 - 20.30 ●	WALKING 19.30 - 20.30 ●	A ROTAZIONE 11.00 - 12.00 ●
	WALKING FUNCIONAL 20.30 - 21.30 ●	ROWING 20.30 - 21.30 ●	WALKING 19.30 - 20.30 ●	SPINNING 20.30 - 21.30 ●	
	SPINNING 20.30 - 21.30 ●	PUMP EVOLUTION 20.30 - 21.30 ●		PUMP EVOLUTION 20.30 - 21.30 ●	IN CASO DI ASSENZA DISDIRE ALMENO 2 ORE PRIMA

TUTTI I CORSI HANNO OBBLIGO DI PRENOTAZIONE - le lezioni potranno subire delle variazioni di istruttore - lezioni garantite con minimo 4 iscritti

vitanovafitness.it