



PLANNING CORSI DEFINITIVO

LUNEDI	MARTEDI	MERCOLEDI	GIOVEDI	VENERDI	SABATO
	09:30-10:15 GINNASTICA DOLCE			09:30-10:15 GINNASTICA DOLCE	
	10:30-11:15 STRETCH & TONE			10:30-11:15 STRETCH & TONE	11:30-12:15 FUNCTIONAL T. SPECIAL CLASS
	13:30-14:15 TABATA TRAINING		13:00-13:45 PILATES BASIC		
	17:00-18:00 KARATE		17:00-18:00 KARATE		
18:00-18:45 BALANCE BODY	18:00-19:00 KARATE		18:15-19:00 PILATES ADV		
19:00-19:45 FUNCTIONAL T.ADV	19:15-20:00 CIRCUIT TRAINING	19:00-19:45 COMBAT TRAINING	19:00-19:45 FIT BOXE		
			20:00-20:45 FUNCTIONAL TRAINING BASIC		

CORSO EXTRA ABBONAMENTO

I CORSI SI SVOLGONO CON UN NUMERO MINIMO DI:
2 PARTECIPANTI PER I CORSI DEL MATTINO, 3 PARTECIPANTI PER I CORSI DEL POMERIGGIO/SERA