





ORARI CORSI 2020 - 2021

Lunedì		Martedì		Mercoledì	
Palestra	Piscina	Palestra	Piscina	Palestra	Piscina
	8:30-9:15 ACQUATONE (Laura)	9:30-10:20 <i>PILATES</i> (Francesca)	8:30-9:15 ACQUATONE (Francesca)		8:30-9:15 BODYTONIC (Laura)
10:00-11:00 <i>LADY WALK</i> (ILA&STEFY)		10:30-11:15 GINNASTICA DOLCE (Francesca)		10:00-10:30 FAST POSTURAL (Laura)	
10:30-11:00 FAST POSTURAL (Laura)	11:30-12:15 ACQUATONE (Laura)		11:30-12:15 Bodytonic (Francesca)		11:30-12:15 ACQUATONE (Ilaria)
					12:15-13:00 ACQUATONE (Ilaria)
12:50-13:35 TOTALBARRE (Gaia)		12:50-13:35  (Francesca)		12:50-13:15  (CLAUDIA)	
	15:00-15:45 BODYTONIC (Ilaria)		15:00-15:45 ACQUATONE (Stefania)		15:00-15:45 ACQUATONE (Stefania)
			17:45-18:30 ACQUAGAG (Rita)		17:30-18:15 ACQUATONE (Ilaria)
18:45-19:30  (Francesca)		18:30-19:15 CROSS TRAINING (Laura)	18:45-19:30 BODYTONIC (Rita)		18:15-19:00 BODYTONIC (Stefania)
19:35-20:25 <i>PILATES</i> (Francesca)	18:15-19:00 ACQUATONE (Claudia)			19:00-19:45 TOTAL BODY (Ilaria)	19:00-19:45 ACQUATONE (Stefania)
19:35-20:20 TABATA&STRETCH (Laura)	19:00-19:45 ACQUAGAG (Ilaria)	19:20-20:05 TONE UP (Laura)		19:35-20:25 <i>PILATES</i> (Alessandro)	
20:30-21:20 <i>PILATES</i> (Francesca)	19:45-20:30 ACQUATONE (Ilaria)			19:50-20:35 POSTURALE (Ilaria)	19:45-20:30 <i>IDROSPINNING</i> (Stefania)
20:40-21:25 G.A.G. FIT (Ilaria)	20:30-21:15 BODYTONIC (Claudia)	20:15-21:00  (Francesca)	20:15-21:00 ACQUASTRONG (Rita)	20:30-21:20 <i>PILATES</i> (Alessandro)	
				20:40-21:25 G.A.G. FIT (Ilaria)	

T. 039.24.54.380 - Email events@eventsweb.it - WhatsApp 331.28.16.223

LEGENDA:	PALESTRA	ACQUA	OUTDOOR	CORSO a posto FISSO
-----------------	-----------------	--------------	----------------	----------------------------

ORARI CORSI 2020 - 2021

Giovedì		Venerdì		Sabato	CHIUSURE FESTIVITA'
Palestra	Piscina	Palestra	Piscina	Palestra	
	8:30-9:15 BODYTONIC (Stefania)		8:30-9:15 ACQUATONE (Laura)		7 - 8 DICEMBRE DAL 24/12 AL 3/1 6 GENNAIO 4 - 5 APRILE 2 GIUGNO
10:30-11:15 POSTURALE (Ilaria)				10.00-11.00 WALK&TONE (ILA&STEFY)	
	11:30-12:15 Bodytonic (Ilaria)		11:15-12:00 ACQUATONE (Stefania)		
12:50-13:35 TOTAL BODY (Ilaria)		13:00-13:30 TABATA (Laura)	12:50-13:35 BODYTONIC (Stefania)		
	15:00 -15:45 ACQUATONE (Ilaria)				
			18:00 -18:45 BODYTONIC (Claudia)		
	18:00-18:45 ACQUAGAG (Stefania)		18:45 -19:30 ACQUATONE (Claudia)		
18:45-19:30 POUND (CLAUDIA)	18:45-19:30 ACQUATONE (Stefania)	18:45-19:30 CROSS TRAINING (Laura)			
	19:35-20:20 IDROSPINNING (Claudia)	19:30-20:00 ROLLER POSTURAL (Laura)			
19:35-20:05 FAST MIX (Laura)					
20:15-21:00 INTERVAL TRAINING (Monica)	20:20-21:05 ACQUAGAG (Claudia)	19:35-20:20 TOTAL STICKS (Claudia)			

T. 039.24.54.380 - Email events@eventsweb.it - WhatsApp 331.28.16.223

LEGENDA:	PALESTRA	ACQUA	OUTDOOR	CORSO a posto FISSO
-----------------	-----------------	--------------	----------------	--------------------------------