

LE NOSTRE



RE DEL BENESSERE

SALA PICCOLA

LUNEDI'	MARTEDI'	MERCOLEDI'	GIOVEDI'	VENERDI'	SABATO
9,15 - 10,15 *KINESIS		9,15 - 10,15 *KINESIS		9,15 - 10,15 * KINESIS	9,00 - 10,00 *KINESIS
10,15 - 11,15 ENERGIE FITNESS	10,15 - 11,05 * SPINNING	10,15 - 11,15 G.A.G.	10,15 - 11,05 * SPINNING	10,15 - 11,15 FIT UP - DOWN	11,00 - 12,00 *SPINNING
13,30 - 14,30 *SPINNING	13,30 - 14,30 FIT DIMAGRIMENTO	13,30 - 14,30 *SPINNING	13,30 - 14,30 FIT DIMAGRIMENTO	13,30 - 14,30 * KINESIS	
16,30 - 17,30 1° TURNO DANZA	16,30 - 17,30 GINNASTICA ARTISTICA		16,30 - 17,30 GINNASTICA ARTISTICA	16,30 - 17,30 1° TURNO DANZA	
17,30 - 18,30 2° TURNO DANZA	17,30 - 18,30 ADDOME E GLUTEI		17,30 - 18,30 BODY FITNESS	17,30 - 18,30 2° TURNO DANZA	
	18,30 - 19,20 PILATES	18,30 - 19,20 * SPINNING	18,30 - 19,20 PILATES	18,30 - 19,20 *SPINNING	
19,30 - 20,20 * SPINNING	19,30 - 20,30 ENERGIE FITNESS	19,20 - 20,10 * SPINNING	19,30 - 20,30 ENERGIE FITNESS		
20,30 - 21,00 PRE-PUGILISTICA		20,30 - 21,00 PRE-PUGILISTICA		20,30 - 21,00 PRE-PUGILISTICA	* ATTIVITA' SU PRENOTAZIONE

