

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven	
08:00	ZUMBA GOLD Susi	07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida					07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida
08:30	AEROBIC GAG Jelena	08:30	TOTAL BODY Marta			08:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	08:30	TOTAL BODY Marta
09:00	GYM MUSIC Susi		GINNASTICA PRE-PARTO ⚡	09:00	GYM MUSIC Susi		GINNASTICA POST-PARTO ⚡		
10:00	PILATES Marta			10:00	POSTURAL PILATES Marta				
								12:40	AEROBIC GAG Jelena
12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	PILATES WORKOUT Marta
		16:30	POSTURAL TRAINING Marta			16:30	GINNASTICA DOLCE Marta		
17:15	GIOCO HIP HOP (3-6 ANNI) Giulia ⚡			17:00	HIP HOP KIDS 10 ANNI Giulia ⚡ (6-	17:30	ZUMBA GOLD Susi		
18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	TABATA Susi	18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	ZUMBA STEP Susi	18:30	COMBAT JUMP Silvia
19:10	STRONG Giulia	19:30	ZUMBA Giulia	19:00	PILATES WORKOUT Marta	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia		
19:30	FITBOXE Chiara	19:30	FUNCTIONAL TRAINING Davida	19:10	STRONG Giulia	19:30	FITBOXE Chiara		
20:00	ZUMBA Susi			20:00	COMBAT JUMP Silvia	19:30	ZUMBA Giulia		
				20:15	CALISTHENICS Nicolò ⚡				

WE_BEAT

CORNEDO
CORSI 2022-23

CORSO EXTRA
ABBONAMENTO ⚡

I corsi variano da 45 a 60 minuti, salvo diversa indicazione

I corsi potranno subire variazioni.
Si svolgeranno con un minimo di 7 partecipanti

PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA