

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven		
8:00	ZUMBA GOLD Susi	7:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida					7:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida	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
8:30	AEROBIC GAG Jelena	8:30	TOTAL BODY Marta			8:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	8:30	TOTAL BODY Marta	
9:00	GYM MUSIC Susi		GINNASTICA PRE-PARTO ↘	9:00	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 ↘			17:15	GIOCO HIP HOP (6-10 ANNI) Giulia ↘	17:30	ZUMBA GOLD Susi			
18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	COMBAT JUMP Silvia	
19:10	STRONG Giulia	18:30	TABATA Susi	19:00	PILATES WORKOUT Marta	19:20	FITBOXE Chiara			
19:20	FITBOXE Chiara	19:30	ZUMBA Giulia	19:10	STRONG Giulia	19:30	STRONG Giulia			
20:00	ZUMBA Susi	19:30	FUNCTIONAL TRAINING Davida	20:15	CALISTHENICS Nicolò ↘					
				20:00	COMBAT JUMP Silvia					

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven			
9:00	PILATES BASE Elisabetta	9:00	POWER PILATES Elisabetta			9:00	PILOGA Elisabetta	9:00	PILATES BASE Elisabetta		
10:00	TOTAL BODY Silvia			10:00	TOTAL BODY Dayneri						
					GINNASTICA PRE-PARTO ⤵				GINNASTICA POST-PARTO ⤵		
12:15	FUNCTIONAL TRAINING Laura			12:15	FUNCTIONAL TRAINING Laura			12:30	FUNCTIONAL TRAINING Laura	13:00	BEAT GAG Julia
13:00	FUNCTIONAL TRAINING Laura	13:00	BEAT GAG Julia	13:00	FUNCTIONAL TRAINING Laura	13:00	BEAT GAG Julia			WE_BEAT VICENZA 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	
		17:00	FITBALL PILATES Elisabetta ⤵			17:00	FITBALL PILATES Elisabetta ⤵				
18:00	ZUMBA Dayneri	18:00	POWER PILATES Elisabetta	18:00	ZUMBA Dayneri	18:00	PILOGA Elisabetta				
19:00	POWER STEP Irene	18:30	CALISTHENICS Michele ⤵	19:00	FITBOXE Davida	18:30	CALISTHENICS Michele ⤵	18:30	POWER STEP Irene		
20:00	POWER YOGA Martina	19:00	CARDIO & TONO Suaien	20:00	POWER YOGA Martina	19:00	CARDIO & TONO Suaien				

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven		WE_BEAT SCHIO 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 OBLIGATORIA
9:00	GINNASTICA VERTEBRALE Raffaella			9:00	POSTURAL TRAINING Raffaella	9:00	POSTURAL PILATES Elena	9:00	PILATES WORKOUT Raffaella	
		10:00	POSTURAL PILATES Elena		GINNASTICA PRE-PARTO ⌞				GINNASTICA POST-PARTO ⌞	
10:30	CIRCUIT TRAINING Davida					10:30	CIRCUIT TRAINING Davida			
12:30	CARDIO & TONO Romina	12:20	CIRCUIT TRAINING Raffaella	12:30	POWER YOGA Romina	12:20	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:30	CARDIO & TONO Romina	
17:30	POWER YOGA Romina	17:00	MARTIAL KIDS (6-11 ANNI) Ilaria ⌞	17:00	PILATES WORKOUT Raffaella	17:30	POWER YOGA Romina	17:00	MARTIAL KIDS (6-11 ANNI) Ilaria ⌞	
18:30	POWER YOGA Romina	18:00	FITBOXE Davida	18:00	CARDIO & TONO Romina	18:30	POWER YOGA Romina	18:00	FITBOXE Davida	
19:30	FUNCTIONAL TRAINING Lara	19:00	STRONG Sarah	19:00	POWER YOGA Romina	19:30	STRONG Sarah			
20:30	SALSA CUBANA Andrea e Olga ⌞	19:00	CALISTHENICS Nicolò ⌞	20:00	COUNTRY Francesca ⌞	20:00	FUNCTIONAL TRAINING Lara			
21:30	SALSA CUBANA Andrea e Olga ⌞									

lun		mar		mer		gio		ven		sab	
8:00	ZUMBA GOLD Susi	7:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida					7:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida		
9:00	GYM MUSIC Susi	8:30	CARDIO & TONO Marta	9:00	GYM MUSIC Susi	8:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	8:30	CARDIO & TONO Marta		
10:00	PILATES Marta			10:00	PILATES POSTURAL Marta		GINNASTICA POST-PARTO		GINNASTICA PRE- PARTO		
										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	
12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO & TONO Marta	12:45	PILATES Marta		
17:15	GIOCO HIP HOP (3- 6 ANNI) Giulia	16:30	POSTURAL TRAINING Marta	17:00	HIP HOP (6-10 ANNI) Giulia	16:30	GINNASTICA DOLCE Marta				
18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia	17:30	ZUMBA GOLD Susi				
18:15	EXTREME FITBOXE Davida	18:30	TABATA Susi	19:10	STRONG Giulia	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:15	CIRCUIT TRAINING Silvia		
19:10	STRONG Giulia	19:30	ZUMBA Giulia	19:00	PILATES WORKOUT Marta	19:30	FITBOXE Chiara				
19:30	FITBOXE Chiara	19:30	FUNCTIONAL TRAINING Davida	19:10	STRONG Giulia	19:30	ZUMBA Giulia				
20:00	ZUMBA Susi			19:40	COMBAT JUMP Silvia						

[illegible]

Lun		Mar		Mer		Gio		Ven	
		9:00	GINNASTICA VERTEBRALE Silvia C.	9:00	POWER PILATES Davida	9:00	POSTURAL TRAINING Silvia C.		
10:00	FITBALL PILATES Giulia	10:10	BEAT GAG Silvia P.					10:10	BEAT GAG Silvia P.
	GINNASTICA PRE-PARTO ⚡						GINNASTICA POST-PARTO ⚡		
12:40	FUNCTIONAL TRAINING Chiara	12:30	FITBALL PILATES Giulia	12:40	FUNCTIONAL TRAINING Chiara	12:30	FITBALL PILATES Giulia	12:40	FUNCTIONAL TRAINING Chiara
14:10	TOTAL BODY Silvia P.					14:10	TOTAL BODY Silvia P.		
18:00	POWER BODY Lisa	18:00	LIFT JUMP Marco	18:00	POWER BODY Lisa	18:00	LIFT JUMP Marco	18:30	TOTAL BODY Daiana
19:00	POWER YOGA Beatrice	19:00	BOXE TRAINING Marco	19:00	ZUMBA TONING Daiana	19:00	POWER YOGA Beatrice		
20:00	MMA Francesco ⚡			20:00	MMA Francesco ⚡	20:00	BOXE TRAINING Marco		

WE_BEAT

ARZIGNANO
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