

LUN		MAR		MERC		GIO		VEN	
		07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida					07:00	FUNCTIONAL TRAINING Davida
		8:30	TOTAL BODY Marta			8:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	08:30	TOTAL BODY Marta
09:00	GYM MUSIC Susi			09:00	GYM MUSIC Susi				
10:00	PILATES Marta			10:00	POSTURAL PILATES Marta				
12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO E TONO Marta	12:45	FUNCTIONAL TRAINING Davida	12:45	CARDIO E TONO 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 6-10 ANNI Giulia	17:30	ZUMBA GOLD Susi		
18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia			18:10	CIRCUIT TRAINING Giulia				
18:30	EXTREME FITBOXE Davida	18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia			18:30	CIRCUIT TRAINING Giulia	18:15	CIRCUIT TRAINING Silvia
		18:30	TABATA Susi			18:30	ZUMBA STEP Susi		
19:10	STRONG Giulia			19:00	PILATES WORKOUT Marta				
19:30	FITBOXE Chiara			19:10	STRONG Giulia	19:30	FITBOXE Chiara		
		19:30	ZUMBA Giulia			19:30	ZUMBA Giulia		
20:00	ZUMBA Susi	19:30	FUNCTIONAL TRAINING Davida						

WE_BEAT

CORNEDO

CORSI 2022-23

0445 431252

**PRENOTAZIONE
OBBLIGATORIA**

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

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